वर्ष ३६, अङ्क ५, २०८० साल कात्तिक

October-November 2023

Twitter: @YuvamanchGps | yubamanchmonthly

यस भित्र









३८ घर घरमा मन्द विष

३३ रहस्यमय अङ्गच्छेदन

स्थानीय पत्रिकाका मुद्दामा मात्र सीमित नभएर यी घटना राष्ट्रिय समस्याका रुपमा पहिचान गरिए । त्यस वर्ष कोलोराडो एसोसिएटेड प्रेसले यी मुद्दालाई राज्यको नम्बर एक समाचार मानेको थियो ।

४६ चिप्सले चल्ने छ दिमाग

न्युरालिङ्क एक स्वास्थ्यसम्बन्धी सूचना प्रविधि क्षेत्रमा काम गर्ने कम्पनी हो । जसको मुख्य उद्देश्य 'ब्रेन-चिप' उत्पादन गर्नु र मानिसको मस्तिष्कमा चिप प्रत्यारोपण गर्नु छ ।

३४ कलेजोको क्यान्सर

हेपाटाइटिस बी र सी को सङ्क्रमण बढी हुने गरेको क्षेत्र जस्तै एसिया र अफ्रिकाको उप-सहारा क्षेत्रमा बढी मात्रामा कलेजोको क्यान्सर हुने गरेको देखिएको छ ।

४९ उपचारमा सहयोगी जीव

युवामञ्चमा लेखरचना तथा चिठीपत्र पठाउँदा निम्न ठेगानामा पठाउनु होला-

yubmanch@gmail.com

सम्पर्क- सम्पादकीय- ५३५७०९३१

गोरखापत्र संस्थान, धर्मपथ, काठमाडौं, पो.ब.नं. २३

अनलाइनमा युवामञ्च

https://gorkhapatraonline.com/yuba-manch

http://www.gorkhapatraonline.com/epaper

युवामञ्च

कार्यकारी अध्यक्ष
विष्णुप्रसाद सुवेदी तथा महाप्रबन्धक
लालबहादुर ऐरीद्वारा
गोरखापत्र संस्थानका लागि
संस्थानको छापाखानामा मुद्रित
तथा प्रकाशित

सम्पादक
उमेशकुमार ओझा

नायब कार्यकारी सम्पादक
भवानी सुवेदी

सह–सम्पादक
शरदराज सुवेदी

वितरण विभाग
भगीरथ बस्नेत

उत्पादन विभाग
रेखादेवी श्रेष्ठ

शुद्धाशुद्धि
बोमबहादुर रायमाझी

लेआउट तथा डिजाइन
रोशनप्रकाश दनुवार

गोरखापत्र संस्थान
पो.ब.नं. २३, धर्मपथ, काठमाडौँ, नेपाल।
इमेल : yubmanch@gmail.com
फोन – सम्पादकीय : ५३५७९३१
विज्ञापन : ५३२७४९३, वितरण : ५३२०६३८,
पूर्व क्षेत्र प्रदेश स्तरीय प्रकाशन कार्यालय,
विराटनगर : ०२१–४७१७४६
पश्चिम क्षेत्र प्रदेश स्तरीय प्रकाशन कार्यालय,
कोहलपुर : ०८१–५३१६२२/२३
प्रदेश स्तरीय कार्यालयहरू,
जनकपुर : ०४१–५९०४२९
हेटौँडा : ०५७–५९०६५१
पोखरा : ०६१–५३८५२२
बुटवल : ०७१–५४१४३८
सुर्खेत : ०८३–५९००६०
धनगढी : ०९१–४१२०४३

एकप्रतिको मूल्य रु.२५/–
वार्षिक मूल्य रु.२५०/–

सम्पादकीय

दसैँ: मौलिकता बचाऊँ

दसैँ आयो खाउँला पिउँला भन्दै बालबालिकाले यति बेला दसैँको भाका गाउन कम गरेका भए पनि दसैँ हिन्दुहरूको घर घरमा हर्सोल्लासका साथ भित्रिसकेको छ। दसैँ हिन्दुहरूको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण चाड हो। वर्ष दिनको सुखदु:ख साटासाट गर्ने, खानपिन गर्ने, नाचगान गरिने यो चाडमा नौ दिनसम्म दुर्गा भवानी देवीको पूजा तथा आराधना गर्ने गरिन्छ। आफूभन्दा ठूला तथा मान्यजनको हातबाट टीका र आशीर्वाद ग्रहण गरेर मिठा मिठा परिकार खाने र रमाउने गरिन्छ। देश विदेशमा बस्ने परिवारका सबै सदस्य दसैँ मनाउन एकै ठाउँ भेला हुने गरेकाले पनि दसैँलाई महत्त्वपूर्ण चाड मानिँदै आएको छ। वर्ष दिनमा आउने यो चाडको महिमा बेग्लै छ।

दसैँ आएसँगसँगै हावापानी र मौसममा पनि परिवर्तन आउने भएकाले सबैले रमाइलो अनुभूति गर्ने गर्दछन्। गर्मी सकिएलगत्तै जाडो मौसमको सुरुवात हुने बेला भएकाले प्रकृति पनि निकै मनमोहक देखिन्छ यो बेला। यही कारणले गर्दा पनि होला दसैँलाई अरू चाडपर्वभन्दा महत्त्वपूर्ण मानेर मनाउने चलन छ। दसैँका बेला घरपरिवार सबै एकै ठाउँमा भेला हुने भएकाले पनि उल्लासमय वातावरणमा नाचगान हुनु स्वाभाविक नै हो। नाचगानका बेला मादल नबज्ने, मारूनी झ्याउरेलगायतका लोकनृत्य नहुने कुरै भएन। यही कारण पनि दसैँ आएपछि के बालबच्चा, के युवा, के वृद्धवृद्धा सबैको मन प्रफुल्लित हुने गर्दछ। यही भएर दसैँलाई धुमधामका साथ मनाउने चलन परापूर्वकालदेखि नै रहिआएको छ।

दसैँलाई महत्त्वपूर्ण सांस्कृतिक चाडका रूपमा पनि लिने गरिन्छ तर यता आएर भने दसैँको सांस्कृतिक महत्त्व र आयाममा विचलन आएको अनुभूति हुँदै गएको छ। यस महान् शारदीय पर्वको मौलिकता कमजोर हुँदै गएको र दसैँलाई तडकभडक र मोजमस्ती गर्ने समयावधिका रूपमा मात्र उपयोग गर्ने प्रवृत्तिले जनमानसमा घर गरिरहेको छ।

आफ्नो क्षमतालाई वास्तै नगरी जसरी पनि दसैँ मनाउनैपर्ने जबरजस्त व्यवहार हाम्रो समाजमा यदाकदा देखिनुलाई राम्रो मान्न सकिँदैन। आडम्बरी र देखासिकीमा दसैँ मनाउने प्रवृत्तिले 'आयो दसैँ ढोल बजाई गयो दसैँ ऋण बोकाइ' जस्तो परिस्थिति आउन सक्ने भएकाले सचेतना आवश्यक छ। यसर्थ दसैँमा आफ्नो गच्छे अनुसार खर्च गर्ने बानी अपरिहार्य छ। हामीले हाम्रा चाडबाडलाई परम्परागत मूल्य र मान्यतालाई कायम राख्दै मनाउनु पर्छ। परम्परामा विचलन आउन दिनु हुँदैन। दसैँ सांस्कृतिक र धार्मिक चाड पनि हो। यसलाई मनोरञ्जनका रूपमा मात्र मनाउन भएन। दसैँमा हामीले खानपानमा समेत ध्यान पुर्‍याउन जरूरी छ। दसैँमा बढी मात्रामा गरिष्ठ भोजनको बाहुल्य हुने भएकाले स्वास्थ्यलाई ख्याल गरेर हामी सबैले दसैँ मनाऔँ। ■

छुटाउन सक्दिनँ

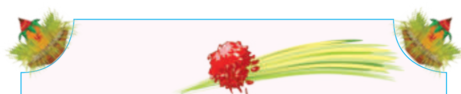
युवामञ्चको २०८० साल असोज अङ्क समयमै पढ्ने अवसर मिल्यो । युवामञ्चले प्रायः ज्ञानगुनका खुराक नै पस्कने गरेको छ । युवामञ्च पढ्न कहिल्यै पनि छुटाउन सक्दिनँ । परमाणु बमलाई छक्याएका यामागुची शीर्षकको सामग्री साह्रै रोचक र ज्ञानवर्द्धक लाग्यो । पृथक् पहिचानका थामी शीर्षकको लेख निकै मन पऱ्यो ।

अजय शर्माले लेखेको कारोबारको माध्यम क्युआर कोड शीर्षकको सामग्री पढ्ने अवसर मिल्यो । मुनिन्द्ररत्न वज्राचार्यले लेखेको जातक कथाको मर्म शीर्षकको लेख पढ्न पाउँदा खुसी लाग्यो । थरीथरीका मकै शीर्षकको लेख पढेपछि गेडागुडीमा मलाई बढी मन पर्ने मकै खाँदाको दिन याद आयो । रमेश खनालले लेखेको साहसी महिला विल्मा रुडोल्फको बारेमा जान्ने मौका मिल्यो ।

दाह्री जुँगाको सान पढ्न पाउँदा मेरो बुवा र हजुरवाले नेपाली सेनामा जागिर खानु हुँदा जुँगा पाल्नुभएको याद आयो । यमबहादुर दुराले लेखेको आहा ग्रामीण रात्रिजीवन शीर्षकको लेख पढेपछि मलाई गाउँको याद आयो । बौद्धिकपूर्ण, प्रेरणादायी, ज्ञानवर्द्धक, शिक्षामूलक, चेतनामूलक खुराकले भरिपूर्ण युवामञ्चले साँच्चै युवाको मन जितेको छ । आउँदै गरेको विजयादशमी र तिहारको शुभकामना दिन चाहान्छु ।



अरुणबहादुर खत्री 'नदी'
बुढानीलकण्ठ-४, पासीकोट, उज्यालो बस्ती, काठमाडौँ



हिन्दुहरुको महान् पर्व विजयादशमी र दीपावलीको उपलक्ष्यमा हाम्रा पाठक, विज्ञापनदाता तथा शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना ।

युवामञ्च परिवार

यौनबारेको लेख खोइ ?

युवामञ्चले पाठकको चाहना अनुसारका सामग्रीलाई प्राथमिकताका साथ प्रकाशित गर्दै आइरहेको मैले ठानेको छु । यही भएर नै म यो पत्रिकाको नियमित पाठक बनेको हुँ । नियमित पाठक हुन पाएकोमा पनि मलाई गौरव नै लाग्छ ।

विगत लामो समय यौनका विषयमा पढ्ने अवसर पाएकोमा खुसी लागेको थियो तर किन हो किन एकाएक यौन सम्बन्धित लेख हटाइएको बुझियो किन होला कारण थाहा पाउन पाए राम्रो हुन्थ्यो । डा. सुबोध पोखरेल जस्ता यौनविद् र अनुभवीको लेखले नियमितता पाउनु पर्छ भन्ने मेरो धारणा हो । पक्कै पनि मेरो सुझाव कार्यान्वयन हुन्छ भन्ने आशा एवं भरोसा गरेको छु । बाँकी तपाईंहरूकै हातमा छ ।

शान्ता आचार्य
हशन्दह, मोरङ



कारोबारको माध्यम क्युआर कोड

सुपर मार्केटका काउन्टरमा वस्तुको मूल्य हातैले लेख्नुपर्ने झन्झटका कारण काउन्टरमा बस्ने कर्मचारीहरू एकातिर वाक्क–दिक्क भएका थिए भने अर्कोतिर ती कर्मचारीमा स्वास्थ्य समस्यासमेत देखिन थालेको थियो ।

रोचक लाग्यो

असोजको युवामञ्च समयमै हात लाग्यो । यसमा प्रकाशित प्रायःजसो लेख रचना रोचक एवं पठनीय नै छन् । त्यसमा पनि परमाणु बमलाई छक्याएका यामागुची, सद्दाम गिरफ्तारीका गुमनाम नायक, हिप्पी संस्कृति लेख धेरै रोचक लागे । आजको डिजिटल जमानामा भुक्तानीका लागि क्युआर कोड सबैभन्दा सहज र उपयोगी साबित भएको छ । यसर्थ कारोबारको माध्यम क्युआर कोड लेख सबैको लागि उपयोगी छ ।

फूलबारी स्तम्भमा पृथक् पहिचानका थामी लेखले थामी जातिको बारेमा विस्तृत रूपमा परिचय दिएको छ ।

त्यस्तै स्वास्थ्यसम्बन्धी लेखहरू पित्तथैलीको पत्थरी र क्यान्सरको उपचारमा केमोथेरापी सबैका लागि उपयोगी छन् । आगामी अङ्कमा पनि यस्तै लेखले निरन्तरता पाऊन् । परिकारसम्बन्धी लेखहरू संसारका अनौठा खाना, थरीथरीका मकै र किराको बर्गर पनि राम्रो लाग्यो । त्यस्तै खेल र खेलाडीसम्बन्धी महिनाको खेलाडी स्तम्भमा सफ्ट टेनिस खेलाडी निरा कायस्थ, क्रिकेटमा सम्भावना र साहसी महिला विल्मा रुडोल्फ प्रेरणादायी छन् । यसै गरी अन्य खेल विधाका उत्कृष्ट खेलाडीलाई समेत स्थान दिइयोस् ।

समग्रमा भन्नु पर्दा युवामञ्चको असोज अङ्क पठनीय र रोचक लाग्यो । आगामी अङ्कमा यस्तै लेखलाई स्थान दिइयोस् । युवामञ्चका प्रत्येक अङ्क सङ्ग्रहनीय बनोस् भन्ने आशा गर्दछु ।

–अच्युतमान सिंह प्रधान 'उत्सुक'
बालुवाटार, काठमाडौँ

दिमाग खेलाउनु राम्रो

यो पत्रिकामा छापिने साना तर महत्त्वपूर्ण रोचक सामग्रीका बारेमा केही भन्न मन भएकाले पत्राचार गरेको हुँ । वास्तवमा भन्ने हो भने युवामञ्चले युवाको मस्तिष्कलाई राम्रोसँग खेलाउने गरेको छ । यो एकदम स्वागतको विषय हो । ब्रेन गेम, फरक छुट्याऊ जस्ता सामग्री यसका उदाहरण नै हुन् । बिलिव इट अर नट जस्ता रोचक सामग्री र भाषा ज्ञानले पनि युवाको मस्तिष्कको व्यायाम राम्रोसँग गर्ने गरेको छ । मस्तिष्कलाई तिखार्नका लागि यसले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्ने गरेको छ, यस्ता सामग्रीले नियमितता पाइरहून् ।

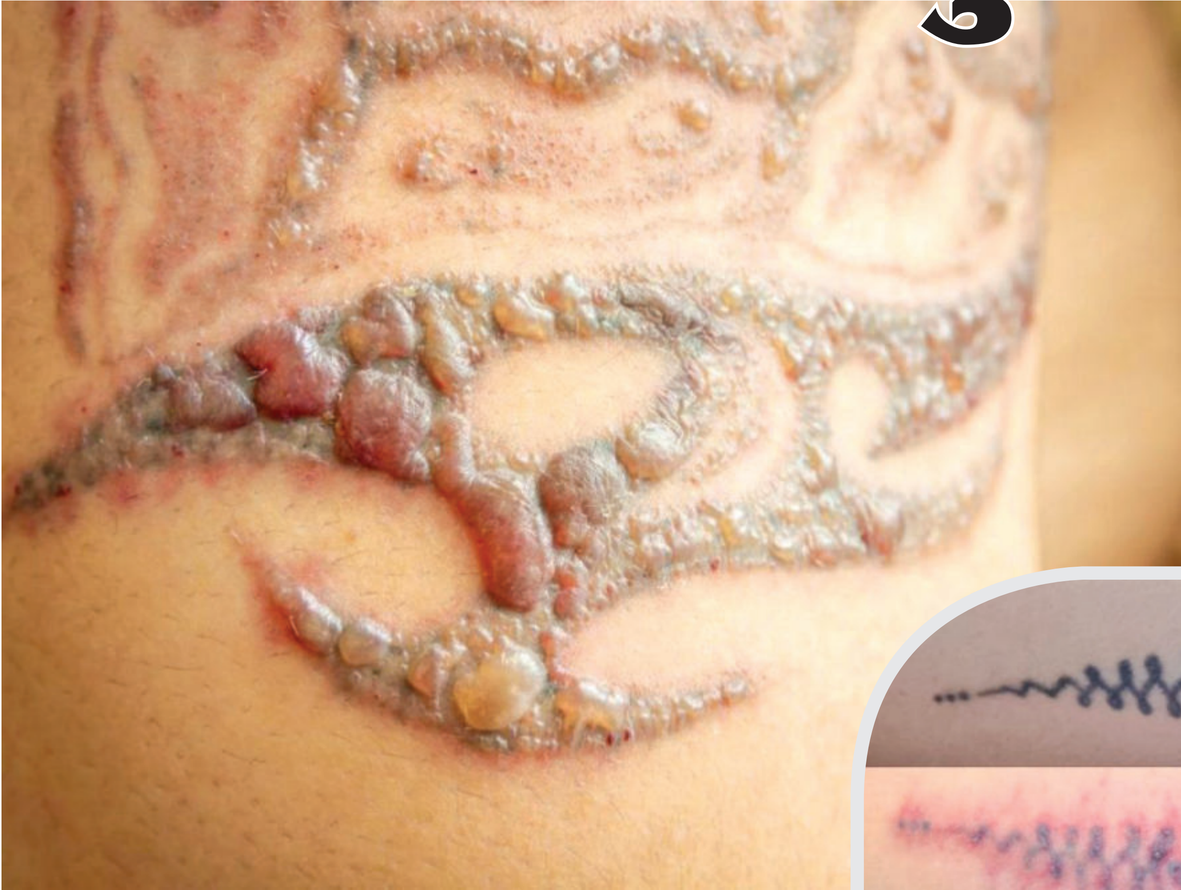
भाष्कर रेग्मी
ताथली, भक्तपुर

कानमा तेल हालेर नबसौँ

असोजको युवामञ्च राम्रो त लाग्यो नै साथसाथै यसमा कमीकमजोरी पनि धेरै पाइएकाले पत्राचारको माध्यम अपनाएको छु । म युवामञ्चको नियमित पाठक हुँ । कागज र मसीको गुणस्तरको विषयमा धेरै पहिलेदेखि नै प्रश्न गर्ने गरेको स्मरण गराउन चाहन्छु । पाठकले सुझाव दिँदै आएका भए पनि किन सुधार नगरिएको होला ? के पाठकले सुझाव दिँदै जाने अनि कानमा तेल हालेर बस्ने सम्पादक महोदय ? कागज र मसीको गुणस्तरमा सुधार गर्नु पर्दैन ? सामग्री मात्र राम्रो भएर हुन्छ पढ्नै नसकिने भए पत्रिका छापेर किन बर्बाद गर्नु । मैले दिएका सुझावलाई यसअघिका सुझाव जसरी नलिइयोस् भनेर अनुरोध गर्न चाहन्छु ।

सीमा शर्मा
नरेफाँट, कोटेश्वर

घातक छ टाटु



विश्वमा अचेल सबै उमेर समूहमा टाटु लोकप्रिय भएको छ। विकसित देशका युवामाझ प्रचलित टाटुको लोकप्रियता न्यून आय भएका देशका सबै वर्गमा समेत विस्तार भएको छ तर लोकप्रिय टाटु कतिको सुरक्षित छ ?

धेरैजसो मानिस के ठान्छन् भने टाटुमा प्रयोग गरिने रङ वनस्पतिबाट बनाइएकाले त्यसबाट स्वास्थ्यमा असर पर्दैन तर सत्य फरक छ, टाटुमा प्रयोग भइरहेको अधिकांश रङ कृत्रिम हुन्छ। केहीलाई गह्रौँ धातु त केहीलाई प्लास्टिकले बनाइन्छ।

रङ मिसाइने वस्तु अर्थात् द्रवको मुख्य आधार प्रायः पानी भए पनि त्यसमा इथाइल अल्कोहल हालिएको हुन्छ। यस रसायनले स्नायु प्रणालीमा असर पार्छ। यसले बच्चामा बौद्धिक क्षमता घट्ने र व्यावहारिक समस्या आउने तथा वयस्कमा स्मरण ह्रास, कलेजोको रोग र क्यान्सरको खतरा देखिएको छ।

यसै गरी रङ घोलिने द्रव अन्य घातक रसायन मिथायल अल्कोहल, आइसोप्रोपेल अल्कोहल, इथेलिन ग्लाइकोल, मेथानोल,

फर्मेल्डिहाइड, डेनाट्युरेड अल्कोहल आदि मिसाइन्छ। यी सबै रसायनको सम्बन्ध गम्भीर स्वास्थ्य विकाससँग हुने गर्छ।

मिथाइल अल्कोहल बारम्बार सम्पर्कमा आए छाला फुट्ने र सुक्खा हुने, कलेजो विकृत हुने, टाउको दुख्ने, आलस्यता तथा मृत्युसम्मको खतरा हुन्छ। यसै गरी मेथनोलले स्नायु प्रणालीमा असर पार्न सक्छ।

आइसोप्रोपेल अल्कोहलका कारण छाला चिलाउने तथा आँखा, नाक, घाँटीमा समस्या आउने र टाउको दुख्ने र आलस्यता जस्ता समस्या देखिन्छ।

फर्मेल्डिहाइडले गर्दा आँखा रसाइरहने तथा आँखा, छाला, नाक, घाँटी पोल्ने, सिँगान बग्ने, वाकवाकी लाग्ने लगायत क्यान्सरको खतरा औंल्याइएको छ।

अमेरिकामा खाद्य तथा औषधी व्यवस्थापन प्रशासनले कुनै पनि खालको रङलाई छालामा प्रत्यारोपित गर्न अनुमति दिएको छैन। तापनि छालामा टाटुको माध्यमबाट रङ हाल्ने काम भइरहेको छ।





सन् २००४ मा भयङ्कर सुनामी आउनु केही मिनेटपहिले मात्र १० वर्षकी एक बालिकाले सुनामी आउन लागेको भन्दै आफ्ना आमाबुवालाई सचेत पारेकी थिइन्। समुद्रको तटमा छँदा उनले सुनामीको प्रारम्भिक सङ्केत पहिचान गरेकी थिइन्, जुन कुरा उनलाई दुई हप्तापहिले स्कुलमा भूगोलको कक्षामा पढाइएको थियो। उनको त्यही ज्ञानका कारण धेरै मानिसको ज्यान जोगियो।

कुनै पनि विषयमा बढी सोचविचार गर्नु मानव ऊर्जा दोहनको मुख्य स्रोत हुन्छ। यसर्थ आफूलाई विश्वास गर्नुस्, निर्णय लिनुस् र बढी अनुभव हासिल गर्नुस्। विश्वमा केही पनि पूर्ण छैन। पूर्णता प्राप्ति हुने गरी तपाईं सोच्न सक्नुहुन्छ, यसर्थ कर्ममा लाग्नुस्।

– एस. म्याकनट



त्यहाँको क्यालिफोर्निया राज्यमा त टाटु कलाकारले आफ्नो ग्राहकलाई टाटुको रङमा घातक गह्रौं धातु मिसिएको हुन सक्ने र त्यसले क्यान्सर उत्पन्न गर्ने भनी सचेत पार्नुपर्ने कानुनी प्रावधान नै राखिएको छ ।

अचम्मको कुरा के छ भने टाटुको रङ राखिएको भाँडामा त्यसमा प्रयोग गरिएका रसायनको बारेमा उल्लेख गर्नुपर्ने अनिवार्यता देखिँदैन । त्यसैले ती रङमा क्यान्सरसम्म गराउन सक्ने तत्त्व रहेको जानकारी टाटु कलाकारलाई पनि हुँदैन ।

टाटुको रङमा मात्र समस्या छैन । टाटु बनाउन प्रयोग गरिने सुईले एचआइभी, हेपाटाइटिसलगायतका रोग सर्ने खतरा पनि उत्तिकै हुन्छ ।

टाटुको मेसिनले प्रतिमिनेट तीन हजार पटक छाला गोद्ने गर्छ । सिउने मेसिनसरह नै टाटु मेसिनले काम गरेर गोदेर प्वाल परेको स्थानमा रङ भर्दै जान्छ । यसले परेको घाउ प्रायः चाँडै निको हुने भए पनि सङ्क्रमणको खतरा टरेको हुँदैन ।

टाटु बनाउने बेला त घातक रसायनले रगतमा प्रवेश पाउने खतरा रहन्छ नै टाटु हटाउँदा ती रसायन सोझै रगतमा पुग्ने भएकाले एक पटक टाटु बनाइहाल्नुभएको छ भने त्यसलाई त्यत्तिकै छाड्दा राम्रो हुन्छ ।

टाटुको रङ बनाउन प्रयोग गरिने घातक धातुमा पारो, लेड, बेरिलियम, क्याडमियम, आर्सेनिक तथा एन्टिमनी, आइरन अक्साइड, कोबाल्ट, निकेल, आल्मुनियम आदि हुन् । यिनीहरूको सम्बन्ध मधुमेह, मुटुको रोग, स्नायु प्रणालीमा समस्या, हर्मोन असन्तुलन, क्यान्सर, उच्च रक्तचाप, सास बढ्ने लगायतका खतरनाक विकारसँग देखिएको छ । ■

-युवामञ्च



विश्वमा सबैभन्दा महँगो तरल पदार्थ आँसु हो ।
जसमा एक प्रतिशत पानी र ९९ प्रतिशत भावना हुन्छ ।
यसैले कसैको मन दुखाउनुपहिले सोच्नुस् ।

श्रापित 'होप डायमन्ड'

सन् १६६० को दशकमा फ्रान्सका रत्न व्यापारी जेन बापटिस्ट टवर्नियरले भारत भ्रमण गएका बेला एउटा ठूलो हीरा खरिद गरेका थिए, जुन हीराको उद्गम थाहा थिएन । तैपनि इस्वी संवत्को २० औं शताब्दीसम्म अमेरिका र युरोपमा एउटा मिथक फैलियो, टवर्नियरले हिन्दु देवीको मूर्तिबाट सो हीरा चोरेका हुन् ।



यस कथालाई व्यापक बनाउने समाचारपत्रहरु र जौहरीहरुले हीरा श्रापित भएको र जसले त्यो ग्रहण गर्दछ त्यसको दुर्भाग्यका दिन सुरु हुने दाबी गरे ।

सन् १८३९ सम्म सो हीरा अन्तत: लन्डनमा बसोबास गर्ने नेदरल्याड्सका सङ्ग्रहकर्ता हेनरी फिलिप होपको हातमा परेको विश्वास गरिन्छ । यही भएर होला यस हीरालाई अचेल 'होप डायमन्ड' भनिन्छ । होपले हीरा हात पारेको केही समयपछि युरोपेली र अमेरिकी समाचारपत्रले 'होप डायमन्ड' श्रापित भएको दाबी गर्न थालेका थिए ।

फ्रान्सेली जौहरी पियरे कार्टियरले सन् १९१० को दशकमा अमेरिकी राजपुत्री इभलेन वेल्स म्याकलेनलाई सो हीरा बिक्री गर्दा हीरासम्बन्धी आइरहेका कथा उपयोग गरी त्यसको मूल्य बढाउने काम गरे । उनको मृत्यु भएपछि हीरा एक अमेरिकी आभूषण कम्पनीको हातमा पऱ्यो । त्यस कम्पनीले सन् १९५८ मा स्मिथसोनियन इन्स्टिच्युसनलाई प्रदान गर्नु पहिले सो हीरा प्रदर्शनीमा राखेको थियो । तबदेखि सो हीरा स्मिथसोनियनमै रहेको छ ।

-युवामञ्च

छन् कि छैनन् छैरोतन

छैरोत्तन जातिका बारेमा विवाद छ। आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठानले आदिवासी जनजातिमा सूचीकृत गरे पनि अन्य सरकारी दस्ताबेजमा यो जातिको अस्तित्व पाइँदैन। मुस्ताङ जिल्लाको पाँचगाउँ क्षेत्रस्थित छैरोमा बसोबास रहेकाले यिनीहरूलाई छैरोत्तन भनिएको विश्वास गरिन्छ। कतिपयले छेरोतन वा छैरोत्तन भन्ने गरे पनि यो सामान्य उच्चारणको भिन्नता मात्र हुन सक्छ।

राष्ट्रिय जनजाति विकास समितिद्वारा प्रकाशित जातीय परिचय पुस्तिका अनुसार यिनीहरूलाई थकाली/मार्फली भन्न सकिन्छ। यिनीहरूको छालाको रङ, अनुहार, शरीर बनोट, सामाजिक जीवनशैली थकालीकै सरह पाइन्छ।

मुस्ताङमा तीनगाउँले, पाँचगाउँले, बाह्रगाउँले भन्ने स्थानमा बसोबास गर्ने जाति/समुदाय तिनै नामले परिचित छन्। पाँचगाउँको छैरोमा बसोबास गर्ने भएकाले यिनीहरूलाई छैरोत्तन, छौरोतन वा छेरोतन भन्ने गरिएको छ। तैपनि यिनीहरू थकाली नै हुन् भन्नेमा एकमत देखिँदैन।

अनुहार जिउडाल, पहिरन, थकालीसँग मिले पनि अन्य सामाजिक जीवनशैलीमा भिन्नता पाइन्छ। भाषामा पनि भिन्नता छ। कतिपयले यिनीहरूलाई चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बतबाट नेपाल आएका शरणार्थी भनेका छन्। उनीहरूका अनुसार तिब्बतबाट नेपाल प्रवेश गरेका यिनीहरू मुस्ताङको छौरेमा बसोबास गरेकाले कालान्तरमा छौरोतन कहलाएका हुन्। यिनीहरू तिब्बती बौद्धमार्गी हुन्।

विसं २०५८ को राष्ट्रिय जनगणनादेखि विस्तृत रूपमा जातजातिको सङ्ख्या र मातृभाषा उल्लेख गरिन थाले पनि २०५८ साल र त्यसपछिका (२०६८ र २०७८ साल) कुनै पनि जनगणनामा छैरोतन जातिको सङ्ख्या उल्लेख छैन।

सरकारले विसं २०५४ मा छैरोतनलगायत नेपालका ६१ जातिलाई 'जनजाति' समुदायमा सूचीकृत गरेको थियो। २०५८ सालमा स्थापित आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय



प्रतिष्ठान ऐनमा छैरोतनलगायत ५९ जातिलाई 'आदिवासी जनजाति' मा सूचीकृत गरिएको देखिन्छ।

वैज्ञानिक खोज/अनुसन्धान नगरी क्षेत्रीय वा स्थान विशेषका आधारमा बसोबास गर्ने समूहलाई पनि जातीय पहिचान दिने गरिएकाले छैरोतनहरूको छुट्टै जाति कायम भएको अनुमान गर्न पनि सकिन्छ। २०४५ सालको सूचीमा चिमतन, ठिनतान स्याङ्तानलाई छुट्टाछुट्टै जाति कायम गरी राखिएको थियो, जसरी छैरोतनलाई हाल राखिएको छ। पछि तीन वटै जातिलाई मिसाएर 'तीनगाउँले' नयाँ जाति कायम गरियो। मनाङेलाई सुरुमा भिन्न जातिका रूपमा सूचीकृत गरिए पनि पछि यसलाई गुरुङमा समाहित गरिएपछि ६१ जाति आदिवासी जनजाति घटेर ५९ मा कायम भए।

छैरोतन जातिका बारेमा पनि यसै प्रकारको द्विविधा वा अन्योल रहेको हुन सक्छ। सूचीकृत छैरोतन र फ्री जाति बारेमा ठोस जानकारी पाइएको छैन। यतिसम्म कि



सूचीकृत छैरोतन र फ्री जाति बारेमा ठोस जानकारी पाइएको छैन। यतिसम्म कि आफूलाई यी जातिका सदस्य हुँ भनेर कसैले पनि दाबी गरेका छैनन् तर सूचीकरणमा समेटिएका छन्।



आफूलाई यी जातिका सदस्य हुँ भनेर कसैले पनि दाबी गरेका छैनन् तर सूचीकरणमा समेटिएका छन्। पछिल्लो जनगणना (२०७८) मा फ्री जाति (जनसङ्ख्या ९२१ जना) उल्लेख भए पनि छैरोतनका बारेमा यस्तो सङ्ख्या उल्लेख नभएपछि छैरोतन जाति छ कि छैन भन्ने बहस हुनु स्वाभाविक छ।

विसं २०७८ को राष्ट्रिय जनगणनामा जम्मा ३६ जना रहेको नुराङलगायत १४२ जातिलाई सूचीकृत गरिएको छ तर छैरोतनको उल्लेख छैन। जनगणनामा नामोनिसान नभेटिए पनि आदिवासी जनजातिको सूचीबाट छैरोतनलाई हटाएको छैन। सूचीकृत ५९ जातिलाई उनीहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य, भाषा, आम्दानी, सम्पत्ति आदिलाई आधार बनाएर प्रतिष्ठानले जातीय प्राथमिकता निर्धारण गरेको छ।

सो प्राथमिकता राज्यद्वारा प्रदान गरिने सेवा सुविधाका लागि समेत निर्देशक मान्यता हुने बताइन्छ। जस अनुसार छैरोतनहरू सुविधा वञ्चित समूहमा रहेका छन्। छैरोतनलगायत गुरुङ, मगर, राई, लिम्बू, ताँवे, तीनगाउँले, बाह्रगाउँले, मार्फाली, शेर्पा, याक्खा, छन्त्याल, जिरेल, ब्याँसी, ह्योल्मो यो समूहमा परेकाले प्राथमिकता निर्धारण पनि विवादास्पद देखिन्छ। कुनै पनि तर्कमा गुरुङ र छैरोतनको आर्थिक–सामाजिक अवस्था समान देखिँदैन तर यी दुवै जातिलाई एउटै सुविधाबाट वञ्चित समूहमा राख्न नमिल्ने जानकारले बताउँदै आएका छन्।

छैरोतनहरू होटल, जडीबुटी बन्दव्यापारमा सक्रिय छन। यिनीहरूले तिब्बतीका केही क्षेत्रलगायत नेपालमा जिम्बु, धागो, पाखनवेत, सिलाजितजस्ता औषधी र जडीबुटीको व्यापार गर्ने गरेको पाइएको छ। राष्ट्रिय आदिवासी उत्थान समितिद्वारा प्रकाशित पुस्तिका अनुसार छैरोका रैथानेवासी यिनीहरू हाल बसाईंसराइका कारण पोखरा, तनहुँको खैरेनी, दमौली र काठमाडौँतिर गएकाले छैरोमा यिनीहरूको मात्र दुई/तीन घर बाँकी छ।

थकाली र तिब्बतीसँग यिनीहरूको बिहेवारी तथा सामाजिक अन्तरघुलन बढ्दै गएकाले छैरोतनहरूको खोजी जटिल हुँदै गएको छ। छैरोतनको भाषालगायत अन्य सामाजिक, जातीय विशेषता, पहिचान थकालीको भन्दा भिन्न देखाउन सकिने अवस्था कम हुँदै गएको छ। छैरोमा रहेका आठ–दस वटा घर तिब्बती शरणर्थीका सदस्य नै छैरोतन जातिका नवसदस्य हुन पुगेका छन्।

छैरोतनहरूको आफ्नै मौलिक भाषा नभए पनि यिनीहरू कतिपयले तिब्बती र कतिपयले थकाली भाषा बोल्ने गरेका छन्। चाडबाड, रीतिरिवाज समान प्रकारका भए पनि मनाउने तरिकामा तिब्बती, थकाली र छैरोतनमा केही भिन्नता पाइन्छ। छैरोतन जातिमा ढ्वाङ्ग्रे ढोल, टुङ्ना र मुरली लोकप्रिय बाजाका रूपमा प्रयोग हुने लोकसंस्कृतिविद् बुलु मुकारुङले उल्लेख गरेका छन्। ▪

–त्रिभुवनचन्द्र वाग्ले



परमाणु संयन्त्र नजिक देखिने उडनतस्तरी

कमै जानकारीमा आएको चाहिँ के हो भने पछिल्लो ७५ वर्षमा अमेरिकी सेना र गुप्तचरका उच्च पदस्थ अधिकारीले समेत परमाणु ऊर्जा संयन्त्र, परमाणु हतियार र प्रविधि विकास स्थलमा रहस्यमय हवाई घटना भएको सूचना दिएका छन् ।



यसको सुरुवात सन् १९४० को दशकमा भयो, परमाणु बम विकास गरिँदै गरेको स्थल नजिक । परमाणु संयन्त्रहरू नजिक अज्ञात उडनतस्तरी (युएफओ) देखिने घटना बढी किन भएका छन् ? किन अमेरिकी सरकारले सम्भावित राष्ट्रिय खतराको गहिराइ आकलन गर्न अधिक तत्परता देखाइरहेको छैन ?

यी प्रश्न गरिरहेका छन् अमेरिकी सुरक्षा र गुप्तचर निकायका पूर्वउच्च अधिकारीहरू, 'एयरोस्पेस' उद्योगका अग्रजहरू, विद्वान्‌हरू तथा 'टु द स्टार्स एकेडेमी अफ आर्ट्स एन्ड साइन्स' सँग आबद्ध व्यक्तिहरूसहितको एउटा टोलीले । यस टोलीले युएफओ देखिएको सम्बन्धमा भएका अनेक घटनाको अनुसन्धान गरिरहेको छ तथा यसले सरकारको गम्भीर भएर ध्यानआकर्षण गराउन वकालत गरिरहेको छ ।

इतिहासलाई पल्टाएर हेर्दा रहस्यमय हवाई घटना (युएपी) ले आकाश नियाल्ने जो कोहीलाई डराउने, स्तब्ध

पार्ने र रोमाञ्चित पारेको देखिन्छ। पछिल्लो शताब्दीमा सैन्य सन्दर्भबाट यस्ता केही घटनाको रिपोर्टिङ भएको छ। दोस्रो विश्वयुद्धको अन्त्यतिर फ्रान्स-जर्मनीको सिमानामा उडिरहेको सुन्तला रङका रहस्यमय प्रकाश देखेर अमेरिकी वायु सैनिकले तिनलाई 'फु फाइटर्स' भने। कोरियाली युद्धको समयमा केही सैनिकले नीलो-हरियो रङको प्रकाश उत्सर्जन भइरहेको 'पलिसिङ रेज' देखेको दाबी गरेका थिए, जुन प्रकाशले तिनीहरूको सम्पूर्ण बटालियन नै बिरामी पर्‍यो। कसैले यसलाई विकिरण विषाक्तता जस्तो माने।



कमै जानकारीमा आएको चाहिँ के हो भने पछिल्लो ७५ वर्षमा अमेरिकी सेना र गुप्तचरका उच्च पदस्थ अधिकारीले समेत परमाणु ऊर्जा संयन्त्र, परमाणु हतियार र प्रविधि विकास स्थलमा रहस्यमय हवाई घटना भएको सूचना दिएका छन्। सुरुमा परमाणु बम विकास गर्दाको समयदेखि परमाणु शक्तिले सुसज्जित युद्धपोतसम्म त्यस खालका घटना भए।

तीस वर्षभन्दा बढी समयदेखि रहस्यमय हवाई घटना र परमाणु विकास कार्यक्रमबीच सम्बन्ध देखिने घटनाको अध्ययन गरेका खोजी पत्रकार जर्ज न्याप भन्छन्, "लस अलामोस, लिभरमोर, सान्डिया, सभान्ना नदी- सबै परमाणु संयन्त्रमा नाटकीय घटना भएका छन्। जहाँ ती अज्ञात यान परमाणु संयन्त्रमाथि देखिए र कसैलाई पनि थाहा भएन ती कहाँबाट आएका हुन् वा ती त्यहाँ के गर्दै थिए।"

रक्षा विभागभित्र युएपी अनुसन्धानकर्ताको एक गोप्य टोलीको निर्देशकका रूपमा सन् २००७ देखि २०१२ सम्म

"परमाणु संयन्त्र वरिपरिको आकाशमा विचित्रका वस्तु देख्ने प्रत्यक्षदर्शी एक सय ६० जनाभन्दा बढी मानिससँग आफूले अन्तर्वार्ता लिएको भनाइ छ हस्टिङ्सको।"

काम गरेका ल्यु एलिजोन्दोको भनाइ छ, "त्यहाँ धेरै नै सम्बन्ध छ जस्तो प्रतीत हुन्छ।"

द न्युयोर्क टाइम्सको रिपोर्ट अनुसार 'एड्भान्स एयरोस्पेस थ्रेट आइडेन्टिफिकेसन प्रोग्राम (एएटिआइपी) नामको कार्यक्रमलाई सन् २०१२ मा पेन्टागनको छ खर्ब अमेरिकी डलरको बजेटबाट दुई करोड २० लाख डलर छुट्याइएको थियो।

युएफओ-परमाणु सम्बन्ध परमाणु युगको उषाकालमै बन्यो।

युएफओ अनुसन्धानकर्ता तथा 'युएफओ एन्ड न्युक्स : एक्स्ट्राअडिनरी इन्काउन्टर्स एट न्युक्लियर वेपन्स साइट्स' पुस्तकका लेखक रोबर्ट हस्टिङ्स भन्छन्,

परमाणु–निकट अज्ञात वस्तु देखिने घटना दसकौँ पुराना छन् । परमाणु संयन्त्र वरिपरिको आकाशमा विचित्रका वस्तु देख्ने प्रत्यक्षदर्शी एक सय ६० जनाभन्दा बढी मानिससँग आफूले अन्तर्वार्ता लिएको भनाइ छ हस्टिङ्सको ।

सन् १९४८ को अन्त्यतिर अमेरिकाको न्यु मेक्सिकोको लस अलामोस र सान्डियामा रहेका परमाणु प्रयोगशाला नजिक आकाशमा हरियो ज्वाला देखियो । त्यो त्यही क्षेत्र हो जहाँ पहिलो परमाणु बम विकास गरियो र परीक्षण गरिएको थियो । एफबिआईले सन् १९५० देखि गोप्य राखेको र पछि सार्वजनिक गरिएका दस्ताबेजमा लस आलामोस प्रयोगशाला नजिक करिब ५० फिट व्यासको 'फ्लाइङ ससर्स' देखिएको कुरा उल्लेख छ । दोस्रो विश्वयुद्ध सकिएपछि धेरै पटक परमाणु बम परीक्षण गरिएको नेभेदा मरुभूमिको परमाणु बम परीक्षण क्षेत्रमा काम गरेका एक दर्जनभन्दा बढी कामदारसँग न्यापले अन्तर्वार्ता लिएका थिए । ती कामदारले त्यहाँ युएफओ गतिविधि सामान्य नै भएको तथा त्यहाँ काम गर्ने केही कर्मचारीलाई युएफओको निगरानी गर्न खटाइएको जानकारी उनीहरूले आफूलाई दिएको भनाइ छ न्यापको ।

एक समय क्षेप्यास्त्र प्रक्षेपण अधिकारीका रूपमा समेत काम गरेका सलासपछि एयरोस्पेस उद्योग र फेडरल एभियसन एडमिनिस्ट्रेसनमा आबद्ध भए । उनले सिएननसँग कुरा गर्दै भने, "क्षेप्यास्त्र प्रक्षेपण गर्न नसकिने अवस्थामा पुगेका थिए ।"

सन् १९६० र १९७० को दशकमा मोन्टानाको 'माल्मस्ट्रोम एयर फोर्स बेस' मा बारम्बार युएफओ देखिएका थिए, जो अन्तरमहादेशीय परमाणु क्षेप्यास्त्र भण्डारण क्षेत्र हो । सन् १९६७ मा भएको यस्तै एक घटनाका बारेमा वायु सेनाको पूर्वपाइलट रोबर्ट सलासले गजबको खुलासा गर्दै संयन्त्रको आकाशमा करिब ३० फिट व्यासको एउटा चम्किलो रातो वस्तु उडिरहेकै बेला त्यहाँ रहेका कतिपय क्षेप्यास्त्र काम नलाग्ने भएको जानकारी सुरक्षामा खटिएका अधिकारीले दिएको बताएका थिए । एक समय क्षेप्यास्त्र प्रक्षेपण अधिकारीका रूपमा समेत काम गरेका सलासपछि एयरोस्पेस उद्योग र फेडरल



एभियसन एडमिनिस्ट्रेसनमा आबद्ध भए। उनले सिएननसँग कुरा गर्दै भने, “क्षेप्यास्त्र प्रक्षेपण गर्न नसकिने अवस्थामा पुगेका थिए।”

अवलोकनकर्ताले यी रहस्यमय घटनाका बारेमा मात्र अनुमान गर्न सक्छन् तर अमेरिकाको निकै शक्तिशाली हतियारसँग सम्बन्धित संवेदनशील सुरक्षा क्षेत्र नजिक बारम्बार भएका घटनाले पक्कै पनि प्रश्न उब्जाएको छ, के ती ज्ञात वा अज्ञात प्रतिद्वन्द्वीका उपज हुन् ?

सन् १९८० को डिसेम्बरमा इङ्ग्ल्यान्डको ‘रोयल एयर फोर्स बेन्टवाटर्स’ नजिक ‘एयर ट्राफिक कन्ट्रोलर्स’ ले अलि सचेत हुनुपर्ने खालको परिस्थितिको सामना गर्नु पर्‍यो। शीतयुद्ध अवधिमा अमेरिकी वायुसेनाले युरोपमा आफ्नो आधारस्थलका रूपमा प्रयोग गरेको बेन्टवाटर्समा २५ वटा निकै बलिया भूमिगत बङ्करमा परमाणु हतियारको गुप्त भण्डारण गरिएको थियो।

त्यस दिन अमेरिकी वायुसेनाको ‘एयर ट्राफिक कन्ट्रोल’ मा कार्यरत इभान बार्कर भन्छन्, “राडार स्क्रिनमा हामीले हेर्‍यौँ र पहिले कहिल्यै नदेखेको गतिविधि त्यसमा देख्यौँ, त्यस्तो मैले कहिल्यै देखेको थिइनँ।”

अमेरिकी वायु सेनामा १८ वर्षदेखि कार्यरत बार्करलाई अमेरिकी, नेटो र सोभियत सङ्घका सबै लडाकु विमानका बारेमा जानकारी थियो। उनी भन्छन्, “त्यस वस्तुलाई देखेर म र मेरा सहकर्मी सबै छक्क पर्‍यौँ।” त्यस वस्तुको असाधारण गति र गतिशीलता देखेर उनीहरू चकित परेका थिए। राडारमा हेर्दा त्यस वस्तुले सेकेन्डभरमै एक सय ९३ किलोमिटर दुरी पूरा गरिरहेको देखियो।

विचित्रको वस्तु देख्दा उनले राडारबाट माथि सोझै त्यसलाई हेर्न थाले। अनि त्यो यान नजिक आयो, सुस्त भयो र त्यसपछि आधार





राति नजिकैको रेन्डलसेम जङ्गलमा विचित्रको रङ्गिन प्रकाश अवतरण गरिरहेको देखिएपछि त्यसको अनुसन्धानका लागि हल्ट एउटा टोलीको नेतृत्व गरेर त्यसतर्फ गएका थिए।

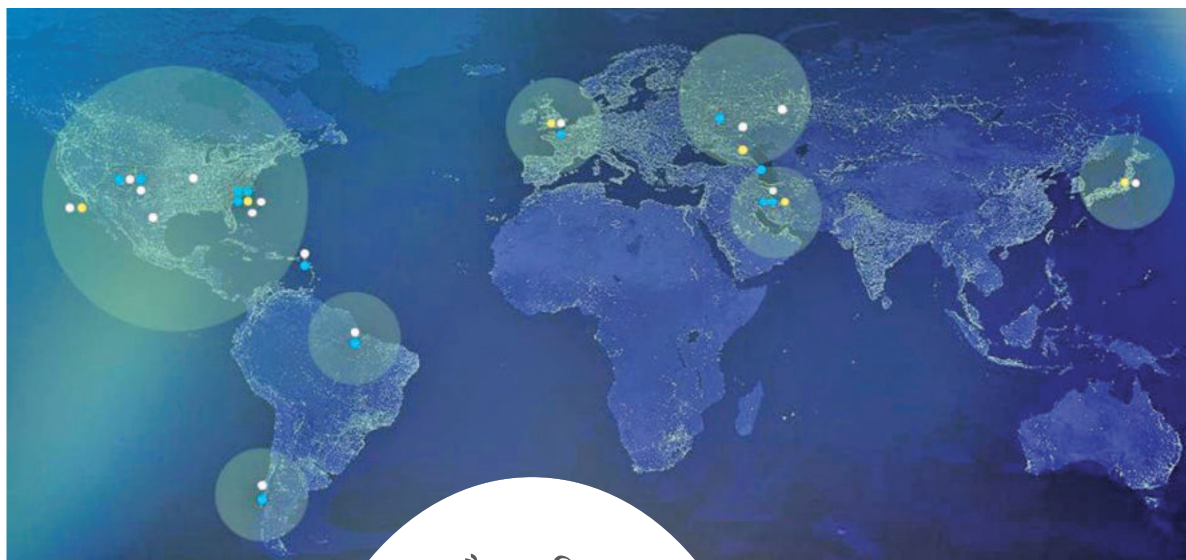


शिविरको पानी ट्याङ्कीमाथि टक्क रोकियो। बार्करले भने, “हेलिकोप्टर हावामा रोकिएको जस्तो, हेलिकोप्टर तलमाथि हुन्छ तर त्यो त स्थिर थियो। त्यो यान १५ सयदेखि दुई हजार फिटको उचाइमा थियो होला।”

बार्करका अनुसार त्यो विशाल बास्केटबल जस्तो थियो, मध्यभाग वरिपरि प्वाल थिए। ती प्वालबाट प्रकाश बाहिर आइरहेको थियो।

यस घटनाका बारेमा बार्करले आफ्ना हाकिमलाई जानकारी दिएनन्। उनी भन्छन्, “तपाईंले बुझ्न सक्नुहुन्न युएफओ देखेको बताउने मानिससँग एयर फोर्सले कस्तो व्यवहार गर्छ।”

बार्करसँग जुन खालको घटना भयो त्यो त्यतिबेला बेन्टवाटर्सका उपप्रमुख कर्णेल चार्ल्स हल्टको कथासँग मिल्दछ। त्यस राति नजिकैको रेन्डलसेम जङ्गलमा



सबैमा इन्जिन र धुवाँ निस्कने माध्यम थिएन । सन् २०१७ मा अमेरिकाको रक्षा मन्त्रालयले सार्वजनिक गरेको इन्फ्रारेड भिडियोमा ती केही वस्तु अलि झुकेर आफ्नै धुरीमा घुमिरहेको देख्न सकिन्छ ।

विचित्रको रङ्गिन प्रकाश अवतरण गरिरहेको देखिएपछि त्यसको अनुसन्धानका लागि हल्ट एउटा टोलीको नेतृत्व गरेर त्यसतर्फ गएका थिए । हल्टले जङ्गलमा आफूले जे देखेको हो त्यस बारेमा एलिजोन्दोलाई बताएका छन् । हल्टले त्यस घटनाका बारेमा यसरी भने, "रातो प्रकाश रुखमाथि क्षितिजको समानान्तर गतिशील थियो । स्पष्टतः कुनै खास बौद्धिक नियन्त्रणमा थियो । एउटा लेजर प्रकाशपुञ्ज हामीबाट १०–१५ फिट पर ठोक्कियो । म त वास्तवमा स्तब्ध भएँ ।"

त्यसपछि प्रकाशपुञ्ज प्रहार गरिरहेको यान तीव्र गतिमा उत्तर दिशामा सैन्य आधार शिविरतिर हुँइकिएको थियो । हल्ट भन्छन्, "हतियार भण्डार गरिएको क्षेत्रमा प्रकाशपुञ्ज प्रहार हुँदा हामीले रेडियोमा कुराकानी भइरहेको सुन्न सक्थ्यौँ ।" हल्टले त्यस कुराकानीको अडियो टेप गरेका थिए ।

पछि जनरललाई त्यो अडियोटेप सुनाइयो तर ती जनरलले थप अनुसन्धान आवश्यक नरहेको भनिदिए ।

हालैका वर्षमा रहस्यमय हवाई घटना अमेरिकाको परमाणु हतियारसँग सम्बद्ध जलसेनाको अखडा नजिक हुन थालेका छन् ।

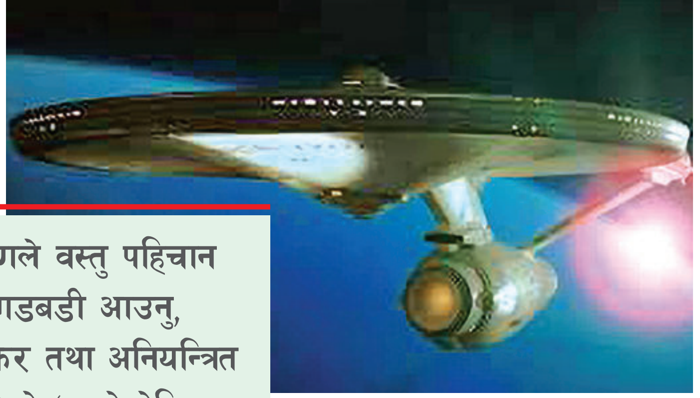
परमाणु शक्तिले सुसज्जित अमेरिकी जलपोत युएसएस थियोडोर रुजवेल्टका एफ–१८ लडाकु विमानका पाइलटले भर्जिनिया र फ्लोरिडाको पूर्वी समुद्री तट वरिपरि तालिम लिँदा सन् २०१४ को ग्रिष्मदेखि सन् २०१५ को वसन्त ऋतुबीच दैनिक जसो रहस्यमय हवाई घटना देखेका थिए ।

एलिजोन्दोलाई एफ–१८ विमानका पाइलट रायन ग्रेभ्सले भने, "हामी जहाँ जान्थ्यौँ ती त्यहीँ हुन्थे ।"

ती वस्तु तीन आकारमा देखिने भनाइ छ ग्रेभ्सको । कुनै 'डिस्क' जस्ता थिए, कोही चाहिँ भित्र घनाकार भएका वृत्त जस्ता थिए भने केही साना वस्तु समूहमा उडिरहेका हुन्थे । सबैमा इन्जिन र धुवाँ निस्कने माध्यम थिएन । सन् २०१७ मा अमेरिकाको रक्षा मन्त्रालयले सार्वजनिक गरेको इन्फ्रारेड भिडियोमा ती केही वस्तु अलि झुकेर आफ्नै धुरीमा घुमिरहेको देख्न सकिन्छ । ग्रेभ र एफ–१८ का अर्का पाइलट डान्ने अकोइनले सरकारद्वारा सार्वजनिक गरिएको भिडियोमा सत्यता रहेको बताएका छन् ।

पर्सियन खाडीमा रुज्बेल्टलाई तैनाथ गरिएका बेलामा समेत पुनः रहस्यम उडनतस्तरी देखिएको भनाइ छ ग्रेम्भसको ।

बिल क्लिन्टन र जर्ज डब्ल्यु बुस राष्ट्रपति छँदा गुप्तचर विभागका लागि पूर्वअमेरिकी उपसहायक रक्षामन्त्री क्रिस मेलनले दिएको जानकारी अनुसार आन्ध्र महासागर हुँदै मध्यपूर्व



तेज गतिको वस्तुका कारणले वस्तु पहिचान गर्ने राडारको कोडमा गडबडी आउनु, वायुमण्डलीय प्रभावमा हेरफेर तथा अनियन्त्रित सूचना राडारमा आउँदा परेको 'न्युरोलोजिकल ओभरलोड' को स्तर भनिसाध्य छैन।

क्षेत्रमा तैनाथ हुन जानेक्रममा अज्ञात यानले रुज्बेल्टलाई पछ्याएको थियो। हामीले सम्भावना नै नहुने ठानेको प्रविधि अस्तित्वमा रहेको पुस्टि गर्ने घटनाका रूपमा यसलाई हेर्न सकिन्छ।

हार्वर्ड-स्मिथसोनियन सेन्टर फर एस्ट्रोफिजिक्सका वरिष्ठ एस्ट्रोफिजिसिस्ट लियन गोलुबले द न्यु योर्क टाइम्सलाई भने अनुसार रुज्बेल्टका कर्मीले जे जस्तो देखेको र बेहोरेका थिए त्यसको बयान गर्न नै कठिन छ। तेज गतिको वस्तुका कारणले वस्तु पहिचान गर्ने राडारको कोडमा गडबडी आउनु, वायुमण्डलीय प्रभावमा हेरफेर तथा अनियन्त्रित सूचना राडारमा आउँदा परेको 'न्युरोलोजिकल ओभरलोड' को स्तर भनिसाध्य छैन।

अमेरिकाको अन्य क्षेत्रमा अभ्यासका क्रममा जलसेनाका पाइलटले देखेका घटनामा रुज्बेल्टको घटना प्रतिविम्बित हुन्छ। सन् २००४ नोभेम्बरमा युएसएस निमित्ज जलपोतका पाइलट र राडार सञ्चालकहरूले सान डियागो नजिक क्यालिफोर्नियाको तटबाट एक सय ६० किलोमिटर पर समुद्रमाथि उडिरहेको ४० फिट लामो बेलनाकार रहस्यमय वस्तु देखे। जब एफ-१८ लडाकु विमान त्यसलाई पछ्याउन थाले त्यो जलसेनाका सुपरसोनिक विमानले भेट्न नसक्ने तेज गतिमा त्यहाँबाट बेपत्ता भयो।

यसरी सेनाका जलपोतसँग भएका घटनाले सैनिकहरू एक खालको तनावमा थिए नै अहिले आएर पेन्टागन र क्यापिटल हिलले त्यस प्रकारका घटनालाई सम्भावित खतरा मानेर गम्भीर रूपमा लिन थालेका छन्। सन् २०१९ अप्रिलमा अमेरिकी जलसेनाले आफ्ना पाइलट र अन्य कर्मीलाई एउटा निर्देशिका जारी गरी रहस्यमय हवाई घटना देखिँदा अपनाउनुपर्ने कार्यविधिको जानकारी दियो। जस अनुसार उनीहरूले त्यस प्रकारको घटना देखेमा आफ्ना हाकिमलाई जानकारी दिन सहजता महसुस गर्दछन्। ■

- हिस्ट्रीबाट उमेश ओझाद्वारा अनुवादित तथा सम्पादित



एन्टार्कटिकाको आकार युरोपको भन्दा ठूलो छ।

RIPLEY'S Believe It or Not!

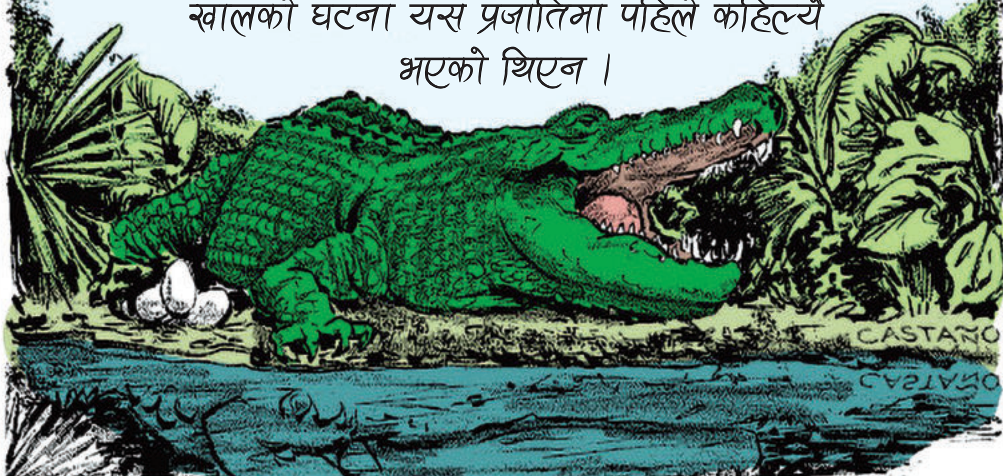
सन् २०२३ मे मा कर्ट कोबेनको भाँचिएको कालो 'फेन्डर स्ट्राटोकास्टर' करिब ६ लाख अमेरिकी डलरमा लिलामी भयो ।

OUCH!

श्रीलङ्काका अवकाशप्राप्त सैनिक ६२ वर्षीय क्यानिस्टस कुङ्घेको सन् २०२३ मा शल्यक्रिया गरी मिर्गौलाबाट ५.२६ इन्च लामो र ०.७९ किलो तौलको पत्थर निकालिएको थियो, जुन विश्व कीर्तिमान हो ।



सन् २०१८ मा एक अमेरिकी पोथी गोही कोस्टारिकाको पार्क रेप्टिल्यान्डियामा स्वतः गर्भवती भएको थियो । यस्तो खालको घटना यस प्रजातिमा पहिले कहिल्यै भएको थिएन ।



जर्मनीको सङ्ग्रहालयमा रहेको रानी नेफरुसोबेकको मूर्ति।

प्राचीन इजिप्टको पहिलो महिला शासक नेफेरूसोबेक



■ रतन भण्डारी

इजिप्टका महिला शासकको चर्चा हुँदा सबैले रानी क्लियोपेट्रालाई सम्झने गर्दछन् तर क्लियोपेट्राभन्दा अघि पनि इजिप्टमा महिला शासक थिए। क्लियोपेट्रा झैँ उनीभन्दा अगाडि इजिप्टमा शासन गर्ने महिला शासकमा नेफेरुसोबेक (सोवेकनेफेरु), मर्निथ, ह्यात्सेपसट, नेफेर्टिटी र तावोस्रेटको नाम अग्रपङ्क्तिमा आउँछ।

पछिल्लो अध्ययनले उल्लिखित महिला शासकमध्ये नेफेरुसोबेक इजिप्टमा शासन गर्ने पहिलो महिला फारो (शासक अर्थात् रानी) रहेको तथ्य पुष्टि गरेको छ।

प्राचीन इजिप्ट आफैँमा एउटा छुट्टै संसार थियो। जहाँ फारो (शासक) ले राज्य गर्दथे। इजिप्टको तीन हजार वर्षयताको इतिहासमा छ महिला शासकले शासन गरे। ती महिला शासकको शासनकाललाई इजिप्टमा विशेष महत्त्वका साथ लिइन्छ। महिला शासकले प्राचीन इजिप्टको उच्च पदमा आसीन रहेर आफूलाई शक्तिशाली नारीका रूपमा उभ्याएका थिए। उनीहरूले राज्य प्रमुखका रूपमा शासन चलाए।

प्राचीन इजिप्टका शक्तिशाली नारी शासकमध्ये नेफेरुसोबेकलाई इजिप्टको पहिलो महिला फारो (शासक अर्थात् रानी) मानिएको छ।

इजिप्टको १२ औँ राजवंश (१९३९–१७६० इसा पूर्व) समयकी नेफेरुसोबेकका बारेमा कुरा गर्दा उनी को थिइन् भन्ने ठ्याक्कै स्पष्ट छैन तर नेफेरुसोबेककी आमा इजिप्टका राजा अमेनेमहात तृतीयकी सयौँ महिला यौनदासीमध्ये एक थिइन्। यौनदासीबाट जन्मेकी भए पनि नेफेरुसोबेक शाही परिवारकै सदस्य थिइन् अर्थात् राजकुमारी नै मानिइन्। नेफेरुसोबेकलाई 'सोबेकनेफेरु' का नामले समेत चिनिन्थ्यो। सोबेकनेफेरुको अर्थ सौन्दर्य भन्ने हुन्थ्यो।

तत्कालीन इजिप्टमा परिवारभित्रै सदस्यहरूबीच हुने विवाहलाई सामान्य मानिन्थ्यो। त्यसैले नेफेरुसोबेकलाई इजिप्टको शाही प्रचलन अनुसार आफ्नो वंश परम्परा कायम राख्न आफ्नै वृद्ध पितासँग विवाह गर्नुपर्ने छ भन्ने थाहा थियो। पिताको निधन भएको खण्डमा उनको विवाह उनकै भाइ या राजपरिवारकै सदस्यसँग हुने छ पनि थाहा थियो।





युवराज अमेनेमहातको विवाह आफ्नै दिदी राजकुमारी नेफेरुसोबेकसँग भयो। परिवारका सदस्यबीचको उक्त विवाहलाई तत्कालीन इजिप्टको समाजले सहर्ष स्वीकार्दै हर्षोल्लासपूर्वक स्वागत गरेको थियो।

नेफेरुसोबेककी आमासमेत राजाकी छोरी हुन सक्ने अनुमान गरिएको छ। तथापि त्यससम्बन्धी कुनै अभिलेख भने भेटिएको छैन।

विवाह सम्बन्धमा नेफेरुसोबेकका हकमा पनि त्यही नियम लागू भयो। जुन नियम उनकी आमाका हकमा लागू भएको थियो। अर्थात् नेफेरुसोबेक पिता राजा अमेनेमहात तृतीयको निधन भएपछि उनका भाइ युवराज अमेनेमहात चौथोले इजिप्टको राजगद्दी सम्हाले। त्यसपछि युवराज अमेनेमहातको विवाह आफ्नै दिदी राजकुमारी नेफेरुसोबेकसँग भयो। परिवारका सदस्यबीचको उक्त विवाहलाई तत्कालीन इजिप्टको समाजले सहर्ष स्वीकार्दै हर्षोल्लासपूर्वक स्वागत गरेको थियो।

यसरी राजकुमारी नेफेरुसोबेक आफ्नै भाइसँगको विवाहका कारण इजिप्टको रानी बन्न पुगेकी थिइन्।



नेफेरुसोबेक ईश्वरीय गोहीको नाम ।



नेफेरुसोबेक इजिप्टमा गोहीको देवता 'सोबेक' सँग नाम जोड्ने पहिलो शासक थिइन् । उनको शासनकालको समसामयिक प्रमाणहरू कमै भेटिए पनि उनका केही आंशिक मूर्ति फेला परेका छन् । तीमध्ये उनको अनुहारसहितको एउटा मूर्ति र शिलालेख छ ।

विवाहको नौ वर्षपछि राजा अमेनेमहात चौथोको निधन भयो । अमेनेमहातको शासनकाल केवल नौ वर्ष मात्रै रह्यो । नौ वर्षको वैवाहिक सम्बन्धका समयमा राजा अमेनेमहात र रानी नफेरुसोबेकबाट कुनै सन्तान जन्मेन । सोही कारण १२ औँ राजवंशको भावी उत्तराधिकारी को हुने भन्नेमा गम्भीर प्रश्न उठ्न पुग्यो । पछि नेफेरुसोबेकले नै इजिप्टको शासन व्यवस्था हातमा लिइन् र राज्य सञ्चालन गरिन् । त्यसका लागि उनले राजा अमेनेमहात तृतीय (उनकै पिता) को वंशको आधिकारिक अंशियारका रूपमा आफूलाई प्रस्तुत गरिन् र अघि बढिन् । इजिप्टमा उनको शासन अवधि तीन वर्ष १० महिना २४ दिनको मात्र रहेको थियो ।

आफ्नो शासनकालमा नेफेरुसोबेकले आफूलाई पूर्वमहिला शासकहरूभन्दा पृथक् राख्दै पूर्ण शाही उपाधि हासिल गरेकी थिइन् । नेफेरुसोबेक इजिप्टमा गोहीको देवता 'सोबेक' सँग नाम जोड्ने पहिलो शासक थिइन् । उनको शासनकालको समसामयिक प्रमाणहरू कमै भेटिए पनि उनका केही आंशिक मूर्ति फेला परेका छन् । तीमध्ये उनको अनुहारसहितको एउटा मूर्ति र शिलालेख छ । इजिप्टको उत्तरी मजघुनामा अवस्थित पिरामिड नेफेरुसोबेकबाट अभिप्रेरित थियो भनिन्छ । यद्यपि यसलाई पुष्टि गर्ने ठोस प्रमाण भने भेटिएको छैन ।

नेफेरुसोबेकका पिता इजिप्टका फारो अमेनेमहात तृतीय रहेको पुष्टि भए पनि उनकी आमा को थिइन् भन्नेमा मतान्तर छ । कतिपय इतिहासकारले उनकी आमा राजा अमेनेमहात तृतीयका सय यौनदासीमध्ये एक थिइन् भनेका छन् तर राजा अमेनेमहातका दुई ज्ञात पत्नी थिए भनिन्छ । ती दुवै रानीलाई उनको निधनपश्चात् दहसुरमास्थित पिरामिडमा गाडिएको थियो ।

राजा अमेनेमहातकी एक अर्की छोरी नेफेरुताह पनि थिइन् । जसलाई उनको निधनपछि हवाराको दोस्रो पिरामिडमा गाडियो । नेफेरुताहलाई समेत राजा अमेनेमहात तृतीयको उत्तराधिकारीका रूपमा लिइएको देखिन्छ । राजा अमेनेमहातका अन्य छोरी (राजकुमारीहरू) मा हथोरहोटेप, नुभोटेपेट र सिथाथोर थिए । उनीहरूको शव दहसुर परिसरमा गाडिएको प्रमाण फेला परेका छन् । यद्यपि ती राजकुमारी राजा अमेनेमहातकै छोरीहरू थिए भन्नेमा भने इतिहासकारहरूबीच मतभिन्नता छ ।

> **मन्दिरमा आफ्ना पितालाई देवताको रूपमा पूजा गर्न विशेष व्यवस्था सिर्जना गरिन् । मृत राजाका मूर्तिलाई नियमित रूपमा भेटी चढाउन र पुजारीहरूलाई वार्षिक तलबको व्यवस्था गरेकी थिइन् ।**





इतिहासकार एजिप्टियाका मानेथोका अनुसार अमेनेमहात चौथो र नेफेरुसोबेक दाजु र बहिनी थिए । नेफेरुसोबेक प्राचीन इजिप्टमा शासन गर्ने थोरै महिलामध्ये एक थिइन् ।

बुबाको वंशलाई समर्थन गर्न र आफ्नो शासनलाई थप वैध तुल्याउन नेफेरुसोबेकले हवारामा पिता अमेनेमहातको पिरामिड निर्माण गर्न लगाइन् । त्यतिबेला इजिप्टमा राजाहरूलाई ईश्वरीय प्रतीक मानिन्थ्यो । मृत राजाको देवत्वकरण गरिन्थ्यो । सोही कारण रानी नेफेरुसोबेकले हवारामा आफ्ना पिताको मन्दिर निर्माण गर्न लगाएकी थिइन् । मन्दिरमा आफ्ना पितालाई देवताको रूपमा पूजा गर्न विशेष व्यवस्था सिर्जना गरिन् । मृत राजाका मूर्तिलाई नियमित रूपमा भेटी चढाउन र पुजारीहरूलाई वार्षिक तलबको व्यवस्था गरेकी थिइन् ।

नेफेरुसोबेकले राजगद्दी सम्हालेपछि उनी मन्दिरका गतिविधि र समारोहमा बढी सरिक भइन् । उनले पारिवारिक वंशको रक्षाका लागि कदम चालेकी थिइन् । उनले आफ्ना परिवारका मृत सदस्यका मूर्ति इजिप्टका विभिन्न मन्दिरमा राख्न लगाइन् । पूर्वी डेल्टाको टेल एल डबामा फेला परेका इजिप्टको १२ औँ राजवंशको मन्दिरमा तीन वटा त्यस्तै मूर्ति फेला परेका छन् ।

नेफेरुसोबेकको निधन कसरी भयो भन्ने प्रश्न खुला छ । कतिपय इतिहासकारले सत्ता प्राप्तिका लागि अरूले नै उनको हत्या गरेको दाबी गरेका छन् । ▪

मानिस कसरी आफैँ जल्छ ?



कैयौँ शताब्दीदेखि मानिसबीच छलफलको विषय बनेको छ– के मानव शरीर आगोको बाह्य स्रोतबिना अनायास जल्छ वा आगोको लप्काले घेरिन्छ ? विदेशी विद्वान्ले भन्ने गरेको 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' अर्थात् मानव शरीर स्वःस्फूर्त दहन हुने पहिलो ज्ञात घटना सन् १६४१ को छ तर यस्तो घटनाले इस्वी संवत्को १९ औँ शताब्दीमा त्यतिबेला व्यापक चर्चा पायो जब प्रख्यात लेखक चार्ल्स डिकेन्सले आफ्नो उपन्यास 'ब्लिक हाउस' मा आफ्नो पात्रलाई मार्न 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' लाई प्रयोग गरे ।

जब आलोचकले जुन कुरा अस्तित्वमै छैन त्यसलाई डिकेन्सले वैध बनाएको आरोप लगाए । उनले ३० वटा ऐतिहासिक घटनाका बारेमा भएका अनुसन्धान औँल्याएका थिए । हालको कुरा गर्ने हो भने प्रहरी र दमकलकर्मीले वरिपरिका फर्निचर, गलैँचा आदिमा कुनै प्रभाव नपरी जलेर मरेका मानिस फेला परेपछि 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' माथि शङ्का गरिन थालियो ।

उदाहरणका लागि आयरल्यान्डका एक मृत्यु समीक्षकले सन् २०१० मा मृत्यु भएकी ७६ वर्षीय मिसेल फहर्टेको निधनको कारण 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' भएको बताए किनभने नराम्रोसँग जलेको शरीर कोठामा फेला पऱ्यो तर वरिपरि आगोले कुनै पनि खालको क्षति पुगेको थिएन ।

मानव शरीरमा अधिकांश पानी हुन्छ तथा शरीरमा निकै प्रज्वलनशील गुण भएका तत्त्व बोसो र मिथेन ग्यास हुन् । 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' को वास्तविक घटना भइहाल्ने सम्भावना अत्यन्त न्यून देखिन्छ । कैयौँ वैज्ञानिकले यस सिद्धान्तलाई अस्वीकार गरेका छन् । उनीहरूको तर्क छ सलाई वा चुरोट जस्ता आगोको पत्ता नलाग्ने स्रोत वास्तविक कारण हुन सक्छन् । मूलतः मृतकलाई आगोको स्रोत नजिक फेला पारिन्थ्यो तथा प्रमाणहरूले के सुझाव दिएका छन् भने त्यसरी मरेका कतिपयले चुरोट पिउँदा वा आगो बाल्न खोज्दा अचानक आफ्नो शरीरमा आगो लगाएका हुन् ।

अर्कोतर्फ 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' मा विश्वास गर्नेले के औँल्याउने गरेका छन् भने मानव शरीरलाई खरानीमा परिवर्तन हुन लगभग तीन हजार डिग्री ताप पुग्नु पर्छ ।

ब्याक्टेरिया, 'स्ट्याटिक विद्युत्', मोटोपना, तनाव तथा निरन्तर ठूलो मात्रामा अल्कोहल उपभोगलाई 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' को सम्भावित कारण मानिएको छ तर यी कुनै पनि कारणलाई विज्ञानले अहिलेसम्म स्वीकार गरेको छैन ।

बेलायती बायोलोजिस्ट ब्रायन जे फोर्डले सन् २०१२ अगस्टमा 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' बारेमा आफ्नो परीक्षणका बारेमा न्यु साइन्टिस्ट पत्रिकामा व्याख्या गरे । फोर्डका अनुसार अल्कोहल, मधुमेह वा विशेष खालको आहाराले शरीरमा एसिटोनको मात्रा बढ्दा 'स्पन्टेनियस ह्युम्यान कम्बस्टन' हुन सक्छ । ■

–युवामञ्च

त्यो जाडो



■ यमबहादुर दुरा



एउटा सिङ्गो पुस्ताले कपडाका नाममा टोपी, गलबन्दी, पेटेभोटो, कछाडजस्ता कम न्यायो लुगामा जीवन गुजारे । राति सुत्दा ओछ्यानमा ओढ्ने लुगाको पनि उस्तै अभाव थियो ।

शरद ऋतु थुप्रै सुखद प्रसङ्ग र मृदु–अनुभूतिहरूको कोसेली लिएर हरेक वर्ष हाम्रो घरदैलोमा टुप्लुकिन्छ। यसले दसैं–तिहार, छठ, उधौली पर्वजस्ता उमङ्गले भरिएका चाडपर्वको स्वागतार्थ दैलो उघारिदिन्छ।

यही समयकालमा बालीनाली मस्तसँग बयली खेल्न थाल्छन्। प्रकृतिको यस्तो अनुपम दृश्यले सबैलाई प्रफुल्लित तुल्याउँछ। अर्कोतिर घामपानी केही नभनी बर्खाभरि दस नङ्ग्रा खियाएर लाएको बाली भित्र्याउँदाको सुखद अनुभूति त आफ्नो ठाउँमा छँदै छ।

यिनै सुखद अनुभूतिहरूसँगै जन्मिएको उमङ्गपूर्ण सांस्कृतिक वातावरणमा प्रकृतिले नजानिँदो किसिमले एउटा तत्त्व घुसाइदिन्छ। त्यो हो जाडो। शरद ऋतुमा जाडोको बिउ अङ्कुराउन थाल्छ। अनि हेमन्त हुँदै शिशिर ऋतुमा उग्र किसिमले जवान बनिसक्छ। जाडोले आफूसँगै कष्टकर पलहरू लिएर आउँछ।



गरिबी र जाडोबीच मितेरी

जाडोयाममा गरिबी र जाडोबीचको गठबन्धन हुन पुग्थ्यो, जुन बहुसङ्ख्यक ग्रामीणजनका लागि अघोषित सजाय नै बन्थ्यो। यो प्रसङ्ग लगभग चार दशकअघिको हो। त्यसबेला ९० प्रतिशतभन्दा बढी जनसङ्ख्या कृषिमा आश्रित रहेको तथ्याङ्कले बताउँछ। बहुसङ्ख्यक नागरिक गाउँघरमा बस्थे। भौतिक सुख–सुविधाका दृष्टिले दयनीय अवस्था थियो।

एकसरो लुगा फेर्न पनि दसैं पर्खनुपर्ने थियो। अझ महँगो दाम पर्ने न्यानो लुगा पाउन त झनै मुस्किल।

गरिबीले चिथोर्दा शरीरमा सद्दे लुगा भेट्न गाह्रो हुन्थ्यो। यस प्रसङ्गमा साहित्यकार भीमनिधि तिवारीका कवितांश अर्थपूर्ण हुन आउँछ। तिवारीले लगभग वस्त्रविहीन बनेका हतभागी दरिद्रजनको हविगतबारे मार्मिक चित्रण गरेका छन् :

टोपी सिर्फ छ नाम मात्र शिरमा, जम्मै टुपी निस्कने
भोटो जीर्ण धुजाधुजा छ उसको, छाती पिठ्यूँ देखिने
धोती केवल चार अङ्गुल धरो, नङ्गा छ सर्वाङ्गमा
काम्यो लुगलुग गरीब बिचरा त्यस्मा दया गर्छ को !!!

अधिकांश ग्रामीणजनको क्रयशक्ति कमजोर हुँदा गाउँघरमा लत्ताकपडाको चर्को अभाव थियो। न खुट्टामा जुत्ता हुन्थ्यो, न त शरीरमा न्यानो कपडा नै। एउटा सिङ्गो पुस्ताले कपडाका नाममा टोपी, गलबन्दी, पेटेभोटो, कछाडजस्ता कम न्यायो लुगामा जीवन गुजारे। राति सुत्दा ओछ्यानमा ओढ्ने लुगाको पनि उस्तै अभाव थियो। बहुसङ्ख्यक ग्रामीणजन पातलो दोल्याइँ र फाटेको लुगा खिपेर तयार पारिएको भोक्ता (भौटा) ओढेर रात बिताउन विवश हुन्थे।

जीवन अतिशय कष्टकर थियो र दयनीय पनि। चिसोले चिलेपछि कठ्याङ्ग्रिनु र ठकठकाउनुबाहेक अरू उपाय थिएन। महाकवि लक्ष्मीप्रसाद देवकोटाले ‘पहाडी जीवन’ मा गरिबी र चिसोबाट प्रभावित झुत्रेझाम्रे ग्रामीणजनबारे लेखेका छन्, उनीहरू सिस्नोको काँडा खान र तुसाराले पात खाएर नाङ्गिएका रुख ठिङ्ग उभिएझैँ चिसो हावामा लुगलुग काम्न जन्मिएका हुन् कि जस्तो लाग्छ।

हिउँदे झरीले जाडो र गरिबीबीचको साइनोलाई झन् मजबुत तुल्याउँथ्यो। झरीले चिसोको ग्राफ ह्वात्तै बढाइदिन्थ्यो। बुढापाका र लालाबाला दयालाग्दो अवस्थामा पुग्थे। जाडोले बुढा गाईबस्तुको प्राणपखेरु उडाइदिन्थ्यो। यसले गरिबीमा बाँचेका ग्रामीणजनको अर्थतन्त्रमा धक्का लाग्थ्यो।



जाडोयामले निम्त्याउने ठिहिरोलाई ढिप्किन नदिने उपायबारे यति सूत्रबद्ध, सुरुचिपूर्ण र गहकिलो अभिव्यक्ति अन्यत्र सायदै भेटिएला।

रुई, दुई र फुई

जनजीवनका सबै आयामलाई प्रहार गर्ने त्यो जब्बर जाडोलाई कसरी भगाउने ? जाडो भगाउने चलेको सजिलो सूत्र हो– रुई, दुई र फुई। रुई अर्थात् कपास, जाडो भगाउने न्यानो कपडा वा सिरक। दुई अर्थात् सँगै सुत्ने जोडी वा दम्पती। फुई अर्थात् आगो। नेपाली लोकजीवनमा उखानजस्तै बनेको रुई, दुई र फुईको लोकप्रिय सूत्रको मूल स्रोतका रूपमा मोतीराम

भट्टको कविता हो भन्ने देखिन्छ। कविताको दुई हरफ यस्तो छः

रुई दुई कि फुई यति तिन थोक चाहिन्छ जाडामहा
दुखी छु रुई फुई छन् त पनि दुई नहुँदामहा

जाडोयामले निम्त्याउने ठिहिरोलाई ढिम्किन नदिने उपायबारे यति सूत्रबद्ध, सुरुचिपूर्ण र गहकिलो अभिव्यक्ति अन्यत्र सायदै भेटिएला। प्रस्तुत कवितांशमा 'रुई' र 'फुई' को व्यवस्था नभएको तर 'दुई' को व्यवस्था नभएर व्यथित बनेका तरुण मनको यन्त्रणा पनि भेटिन्छ।

जाडो र लोक अभिव्यक्ति

गरिबीसँग मितेरी साइनो गाँस्न आएको जाडोले शारीरिक रूपले कमजोर बन्दै गएका बुढापाकालाई स्वाभाविक किसिमले बढी असर गर्थ्यो। अघि नै भनियो गाउँबस्तीमा जाडोबाट बचाउने न्यायो लत्ताकपडाको चर्को अभाव थियो। त्यस कालखण्डमा चिसोले कति बुढापाका निमोनिया, दम तथा श्वास-प्रश्वाससम्बन्धी समस्याबाट पीडित बने होलान् ? कतिले कठ्याङ्ग्रिँदो जाडोबाटै मृत्युवरण गरे होलान् ? कुनै लेखाजोखा थिएन।

जाडोमा घरको अँगेनो सबैभन्दा प्यारो ठाउँ हुन्थ्यो। कामबाट फुर्सद मिल्नासाथ सबैजना अँगेनोमा झुम्मिन्थे। अँगेनो नजिक बसेर आगो ताप्नु जाडोयामको अतिशय प्रिय क्रियाकलाप थियो। यस क्रममा अँगेनो नजिकको रोज्जा ठाउँमा सबैको आँखा पर्थ्यो।

कमजोर स्वास्थ्य भएका बुढापाकाका लागि जाडो काल बनेर आउँथ्यो। यसबारे एउटा लोकोक्ति प्रचलित छ– बलिया-बाङ्गा बाघलाई, बुढापाका माघलाई। माघ सकिएर फागुन लागेपछि विस्तारै घामको ताप र राप रन्किँदै जान्थ्यो। जलवायुमा आएको न्यायोपनबाट बुढापाका लामो सास फेर्दै प्रफुल्लित हुन्थे– यो वर्ष बाँचियो, खड्को टर्‍यो।

जाडोले लालाबालालाई पनि असर नपार्ने होइन तर पनि फक्रिँदो फूलजस्ता लालबालालाई बुढापाकालाई जस्तो गरी असर गर्दैनथ्यो भन्नुपर्ने हुन्छ। भनाइ नै छ, केटाकेटीको जाडो बाख्राले खान्छ। यस लोक अभिव्यक्तिमा सामाजिक मनोविज्ञान प्रतिविम्बित छ। जाडो भगाउने लुगाको व्यवस्था गर्न सक्षम नभएपछि केटाकेटीको जाडो बाख्राले खान्छ भनेर टार्नु र चित्त बुझाउनुको विकल्प थिएन। अतः यो भनाइ वैज्ञानिक कम र मनोवैज्ञानिक ज्यादा देखिन्छ।

अग्नि मोह



गाउँघरमा जाडो भगाउने भरपर्दो उपाय थियो, आगो ताप्नु। जाडोमा घरको अँगेनो सबैभन्दा प्यारो ठाउँ हुन्थ्यो। कामबाट फुर्सद मिल्नासाथ सबैजना अँगेनोमा झुम्मिन्थे। अँगेनो नजिक बसेर आगो ताप्नु जाडोयामको अतिशय प्रिय क्रियाकलाप थियो। यस क्रममा अँगेनो नजिकको रोज्जा ठाउँमा सबैको आँखा पर्थ्यो। रोज्जा ठाउँ कसले ओगट्ने भन्नेमा घरका भन्टचाङ-भुन्टुङबीच ठूलै रस्साकस्सी हुन्थ्यो। यस क्रममा कुमले ठेलाठेल पनि हुन्थ्यो।

अँगेनोमा आगो ताप्ने क्रममा कतिका कपडा धेरै रापिएर धुवाँ पुत्पुताउने अवस्थामा पुग्थे। यसै गरी अँगेनोमा ठोसिएका कतिपय दाउरा ठूलै आवाजसहित पड्कन्थे। त्यसबेला आगोको फिलिङ्गो उछिट्टिएर कतिका गाला, हातगोडा तथा शरीरका अन्य भाग पुग्थे। आगोले पोलिने व्यक्ति पोखरीका माछाझैँ बुर्लुक्क उफ्रिन्थे।

आगो ताप्दा बेलाबेलामा अर्को सास्ती पनि बेहोर्नुपर्थ्यो। दाउरा ठिक भएन भने पिरो धुवाँले सताउँथ्यो। राम्ररी नबल्ने र धुवाँ बढी उत्सर्जन गर्ने दाउराले बेहाल तुल्याइदिन्थ्यो। घरभित्र बेपत्ता किसिमले धुवाँ रगमगिन्थ्यो। सास फेर्न कठिन हुन्थ्यो। आँखा पिरो हुन्थ्यो। अश्रुधारा बग्थ्यो। भागदौड मच्चिन्थ्यो।

आगो ताप्दा न्यायो हुन्थ्यो। यद्यपि यसका आफ्नै किसिमका 'साइड इफेक्ट' थिए। नियमित किसिमले आगो ताप्दा कतिका गोडा बिराले पर्थे। कसैका त गाला पनि बिराले पर्थे। जाडोले हातगोडा फुट्थे। कुर्कच्चा फुटेर खडेरीको खेतमा धाँजा फाटेझैँ हुन्थे।



सधैँ मौरीझैँ काममा व्यस्त ग्रामीणजन सरसफाइका दृष्टिले निष्फिक्री जीवन बिताउँथे। आगो ताप्ने, ननुहाउने र लुगा नफेर्ने। यति भएपछि त मानव शरीर जुम्रा उमार्ने उर्वर नर्सरी बन्थ्यो। जुम्राका फौजले शरीरमा थुतुनो गाड्न थालेपछि लालाबाला आक्रान्त बन्थे। शरीर कन्याउँथे। शरीरमा नङले कोतर्दा रगतसमेत निस्कन्थ्यो। लालाबालाको कपडा र टाउकामा साम्राज्य जमाएर बसेका रक्तपिपासु परजीवीको सफाया गर्नु अधिकांश ग्रामीण आमाहरूको व्यस्त कार्यतालिकाको एक हिस्सा थियो।

बुढापाका र फुर्सदिला व्यक्तिका दिन घाममा ढाड सेकाएर बित्थ्यो। पहारिलो ताप्दा जीवन र जगत्सँग जोडिएका अनेकन् रोचक किस्सा फुर्थ्यो। सायद 'छेपारोको आहान' पनि घाम ताप्दा जन्मेको हो कि ? मनमा आकाङ्क्षा उमार्ने तर त्यसलाई साकार रूप दिन सिन्को पनि नभाँच्ने हाम्रो अल्छी प्रवृत्ति नेपाली जनजीवनमा 'छेपारोको आहान' नामले परिचित छ।



बाहिरी तापक्रमले शरीर कठ्याङ्ग्रिँदा धारा वा कुवाको पानी न्यानो हुन्थ्यो। यसबाट सुखद अनुभूति हुन्थ्यो। धारा वा कुवाको पानीमा विद्यमान न्यानोपनले मृदु अनुभूति जन्माउँथ्यो र पानीसँग खेलिरहुँ जस्तो हुन्थ्यो।

पानीको जादु

जाडोयाममा धारा वा कुवाको पानीले जादु देखाउँथ्यो। बाहिरी तापक्रमले शरीर कठ्याङ्ग्रिँदा धारा वा कुवाको पानी न्यानो हुन्थ्यो। यसबाट सुखद अनुभूति हुन्थ्यो। धारा वा कुवाको पानीमा विद्यमान न्यानोपनले मृदु अनुभूति जन्माउँथ्यो र पानीसँग खेलिरहुँ जस्तो हुन्थ्यो। बाहिरी वातावरण ठिहिर्‍याउने खालको हुँदा मूलको पानीले मातादिल प्रदर्शन गरिरहेकोमा खुसी लाग्थ्यो।

समयक्रममा गाउँमा विकासे धारा आए। जाडोयाममा विकासे धाराको पानी छुनै नसकिने चिसो भयो। विकासे धाराको पानीले अरिङ्गालले चिले जस्तै



चिल्ने। घर-टोलमा विकासे धारा आउँदा मनाइएको खुसियाली जाडोयामको धाराले ब्याजसहित असुलउपर गर्थ्यो।

अन्तरसांस्कृतिक तन्तु

जाडोयाममा हिमाली भेगका बासिन्दा मध्यपहाडी भेग र मधेशतिर झर्थे। जाडो छल्ने र जडीबुटीको व्यापार गर्ने अभिप्रायले उनीहरू तलतिर झर्थे। हिमाली उनीहरूको नजिक पुग्दा बेग्लै खालको हरक आउँथ्यो। त्यस हरकमा जिम्मुलगायतका जडीबुटीको बास्ना पनि मिसिएको हुन्थ्यो।

हिमालबाट झरेका व्यापारीले रैथाने सिप र प्रविधिबाट निर्मित विशेष प्रकारका जुत्ता (दोचा) लगाएका हुन्थे। उनीहरूले लामा-लामा लुगा लगाउँथे। महिला र पुरुष दुवैले दुई चुल्ठी कपाल बाटेका हुन्थे। उनीहरूको भाषाशैली पनि स्वाभाविक रूपमा फरक हुन्थ्यो। भिन्न सांस्कृतिक परिवेशका मानिस देखेर केटाकेटी अचम्म मानेर हेर्थे।

तलतिर झरेका हिमालका बासिन्दाले आफूसँग ल्याएका बहुमूल्य जडीबुटी अन्नसँग साटासाट गर्थे। विनिमय प्रणाली यस प्रकारको कारोबारले पुँजीवादलाई नचिनेको प्रतीत हुन्थ्यो। आपसी खाँचोलाई पूरा गर्ने अभिप्रायबाट सञ्चालित पुँजीवादी रवाफरहित त्यो रैथाने अर्थतन्त्र साँच्चै लोभलाग्दो थियो।

विडम्बना भन्नु पर्छ ती न्याना लुगा घरबुना प्रविधिलाई तिलाञ्जली दिएर आयात गरिएका वस्त्र हुन्। आफ्नै तानहरूलाई समृद्ध तुल्याई न्यानो लुगामा रमाउन पाएको भए सुनमा सुगन्ध हुने थियो।

अन्त्यमा

समयले कोल्टे फेरिसक्यो। विगतमा जाडोबाट निम्तिने कष्टप्रद घडी एक किसिमले अन्त्य भएको छ। हिजोको जस्तो दीनहीन अवस्था छैन। बहुसङ्ख्यक नेपालीले जाडोयाममा न्यायो लुगा लाउन पाएका छन्। विडम्बना भन्नु पर्छ ती न्याना लुगा घरबुना प्रविधिलाई तिलाञ्जली दिएर आयात गरिएका वस्त्र हुन्। आफ्नै तानहरूलाई समृद्ध तुल्याई न्यानो लुगामा रमाउन पाएको भए सुनमा सुगन्ध हुने थियो। आयातित र परनिर्भर अर्थतन्त्रले कुनै बेला जाडोयामको चिसोले जस्तै नचिल्ला भन्न सकिन्न। ■

पृथ्वी नै चिसो पार्ने त्यो ज्वालामुखी



सन् १८१५ अप्रिलमा इन्डोनेसियको माउन्ट तामबोरामा भएको ज्वालामुखी विस्फोटलाई अहिलेसम्मकै भयङ्कर मानिएको छ, ज्वालामुखीको ज्ञात इतिहासमा यत्तिको ठूलो विस्फोट भएको छैन। यस विस्फोटका कारण दक्षिणपूर्व एसियामा हजारौँ मानिसको ज्यान गएको थियो तथा पृथ्वीको सतहदेखि वायुमण्डलको दोस्रो तह 'स्ट्राटस्फियर' मा खरानीको घनघोर बादल मडारियो। खरानीको बादल जसै जसै विश्वमा फैलिन थाल्यो त्यसले सूर्यको प्रकाश नै छेक्यो। जसले गर्दा पृथ्वीको तापक्रम घट्न थाल्यो र करिब तीन डिग्री तापक्रम कम भयो। तापक्रम कम भएका कारण अर्को वर्ष मौसमको स्वरूपमा ठूलो फेरबदल हुन पुग्यो। भारतमा ताम्बोरा विस्फोटका कारणले गर्दा कतै सुक्खा त कतै बाढीले बङ्गालको खाडीको पारिस्थितिक प्रणाली नै परिवर्तित भयो। त्यस नौलो परिस्थितिले हैजाको नयाँ नस्ल विकास भई लाखौँ मानिसले ज्यान गुमाउनु परेको थियो।

युरोपमा मुसलधारे वर्षा र निरन्तर अत्यधिक चिसोले अकाल पर्‍यो तथा सामाजिक अशान्ति मच्चियो। अमेरिकामा जुन महिनामै केही राज्यमा ठूलो हिमपात भई बालीनालीमा व्यापक क्षति भएर आर्थिक अवस्था डामाडोल भयो। न्यु इङ्ग्ल्यान्डका बासिन्दाले पछि १८१६ लाई उपनाम दिए 'एट्टिन-हन्ड्रेड-एन्ड-फ्रोज-टु-डेथ'। तर त्यो समस्या धेरैपछि आएर 'ग्रीष्म ऋतुबिनाको वर्ष' कहलियो।

मौसमसम्बन्धी व्यवधानले केही असामान्य नतिजासमेत देखियो। जसको लाभ मानव समुदायलाई भयो। असामान्य मौसमको प्रभावले गर्दा युरोपमा घोडाको चारा धेरै वृद्धि भएको थियो। घोडा पाल्न नसकिने भएपछि जर्मनीका आविष्कारक कार्ल ड्रेइस साइकल बनाउन प्रेरित भएको विश्वास गरिन्छ। ■

-युवामञ्च

दसैँमा गरम मसला

शाकाहारी, मांसाहारी सबै परिकारमा ‘गरम मसला’ प्रयोग गर्न सकिन्छ । मासुका परिकारमा त झन् ‘गरम मसला’ हालिएन भने मासु नै खल्लो हुन्छ । चिया या खिर वा मिठाईमा समेत गरम मसला प्रयोग गरिन्छ ।



■ आरबी बुढाथोकी



मांसाहारी मानिसलाई दसैँको छुट्टै महत्त्व पनि रहन्छ। मासुका थरीथरीको परिकार बनाएर परिवारका साथ बसेर खानुको मज्जा छुट्टै हुन्छ। मासुका परिकार बनाउँदा ‘गरम मसला’ चाहिन्छ नै। मात्रा मिलाएर उपयोग गर्न सके शाकाहारी परिकारमा पनि गरम मसलाको सुगन्ध र स्वाद बढाउन सकिन्छ।

‘गरम मसला’ बिना दसैँको मासु अनिलो लाग्छ। दसैँमा प्रायः सबैले ‘गरम मसला’ किन्ने गरेका हुन्छन्। गाउँ होस् या सहर दसैँमा ‘गरम मसला’ ले धेरै महत्त्व बोकेको हुन्छ। सबै ‘गरम मसला’ को आफ्नै खालको विशेषता र

स्वास्थ्यसम्बन्धी महत्त्व छ। 'गरम मसला' पनि थरीथरीका हुन्छन् ।

'गरम मसला' को सुगन्धले भान्सा नै मगमगाउँछ। 'गरम मसला' लाई तातो मसलाका रूपमा अर्थ्याउन सकिन्छ। अधिकांश 'गरम मसला' ले हाम्रो शरीरलाई न्यानो रहन मद्दत पुऱ्याउँछ। 'गरम मसला' को उत्पत्ति उत्तर भारतबाट भएको इतिहास छ। जहाँ निकै जाडो हुने गर्छ। पछि गएर कुनै न कुनै परिकारमा विश्वमा सबैतिर यो मसला प्रयोगमा आउन थाल्यो ।

शाकाहारी, मांसाहारी सबै परिकारमा 'गरम मसला' प्रयोग गर्न सकिन्छ। मासुका परिकारमा त झन् 'गरम मसला' हालिएन भने मासु नै खल्लो हुन्छ। चिया या खिर वा मिठाईमा समेत गरम मसला प्रयोग गरिन्छ। 'गरम मसला' भारतमा धेरै उत्पादन हुन्छ र विश्व बजारमा पुग्छ। हरेक 'गरम मसला' को आ-आफ्नै दरभाउ, स्वाद र सुगन्ध हुन्छ। सबै परिकारमा एकै खालको 'गरम मसला' हाल्न पनि मिल्दैन र प्रयोगको मात्रा पनि फरक फरक रहन्छ ।

खसीको मासुको कबाफमा धेरै 'गरम मसला' प्रयोग हुन्छ भने कुखुराको मासुमा कम मात्रामा 'गरम मसला' प्रयोग गर्दा पनि पुग्छ। कुनै परिकारमा 'गरम मसला' को पाउडर हालिन्छ भने कुनैमा सिङ्गै हाल्नुपर्ने हुन्छ। शाकाहारी या मांसाहारी कुनै पनि बिर्यानी बनाउँदा अधिकांश 'गरम मसला' हाल्नु पर्दछ। अझ 'मटन' बिर्यानी बनाउँदा त झनै 'गरम मसला' प्रयोग हुन्छ।

'तन्दुरी चिकन' बनाउँदा होस् या सेकुवा बनाउँदा थोरै मात्रामा भए पनि 'गरम मसला' हालेन भने परिकारको सुगन्धमा धेरै फरक हुने मात्र होइन स्वाद नै अलिनो हुन जान्छ ।

थरीथरीका 'गरम मसला'

बजारमा 'गरम मसला' का 'ब्रान्ड' थरीथरीका पाइन्छन्।





छुट्टाछुट्टै किन्ने या 'मिक्स' मा 'पाउडर' किन्ने या दानामा सबै खालका किन्न पाइन्छ। 'गरम मसला' दर्जनौँ किसिमका हुन्छन्। जिरा, धनिया, सुकाएको अदुवा (सुठो), सुकाएको लसुन, सुकाएको खुर्सानी, मरिच, पिप्ला, सुप, ल्वाङ, सुक्मेल, दालचिनी, अलैँची, जाइपत्री, जाइफल, तेजपात, चुक्रफललगायत सबै 'गरम मसला' भित्र पर्दछन् ।

सुकाएर राखिएका यी 'गरम मसला' बजारमा किन्न त पाइन्छ तर गुणस्तर थाहा पाउन अलि कठिन हुन्छ। कतिपय 'गरम मसला' का दानाको सुगन्ध निकालिएको पनि

कुनै परिकारमा 'गरम मसला' को पाउडर हालिन्छ भने कुनैमा सिङ्गै हाल्नुपर्ने हुन्छ। शाकाहारी या मांसाहारी कुनै पनि बिर्यानी बनाउँदा अधिकांश 'गरम मसला' हाल्नु पर्दछ।

पाइने गरेको छ। तसर्थ दसैँका लागि 'गरम मसला' किन्दा होस् पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ।



गरम मसलाको काम शरीर न्यानो राख्नु मात्र होइन, जिब्रोमा स्वाद दिनु पनि हो । धुलो 'गरम मसला' प्रयोग गर्ने हो भने परिकार पाक्न लागेको समयमा हाल्नु भयो भने यसको सुगन्ध अझ बढी आउँछ र स्वाद पनि बढ्छ ।

'गरम मसला' को धुलो किन्नुभन्दा दाना किन्नु उत्तम हुन्छ । यदि धुलो प्रयोग गर्ने चलन छ भने आफैँले हल्का तताएर पिस्दा राम्रो हुन्छ ।

स्वाद र सुगन्धका लागि प्रयोग गरिने 'गरम मसला' आफैँले बनाए हावा नछिर्ने डब्बामा बिर्को लगाएर राख्नु पर्छ । 'गरम मसला' को मिश्रण बनाउँदा सबैको मात्रा मिलाएर बनाउनुपर्ने हुन्छ नत्र परिकारमा यसको सिधै असर पर्छ र स्वाद भिन्न हुन जान्छ । कुन परिकारमा कुन 'गरम मसला' कति मात्रामा प्रयोग गर्ने भन्ने पनि ज्ञान हुन जरुरी हुन्छ । सबै मासु वा तरकारीमा एकै खालको 'गरम मसला' प्रयोग हुँदैन ।

सामान्यतया 'गरम मसला' पिरो खुर्सानी जस्तो त हुँदैन तर हल्का पिरो, गुलियो र सुगन्धित हुन्छ । यसको काम शरीर न्यानो राख्नु मात्र होइन, जिब्रोमा स्वाद दिनु पनि हो । धुलो 'गरम मसला' प्रयोग गर्ने हो भने परिकार पाक्न लागेको समयमा हाल्नु भयो भने यसको सुगन्ध अझ बढी आउँछ र स्वाद पनि बढ्छ । यदि तपाईंले खसीको भुटुवा बनाउँदै हुनुहुन्छ भने सुरुको अवस्थामा 'गरम मसला' नहाल्नुस्, पहिले नै मसला हाले एकातिर डढ्ने डर हुन्छ भने अर्कोतिर मासुको परिकारको सुगन्ध र स्वादमा पनि कमी आउँछ । ■

रहस्यमय अङ्गच्छेदन

न्यु मेक्सिकोको इन्डियन ल्यान्ड्समा भएका शृङ्खलाबद्ध घटनाले एफबिआईलाई अनुसन्धान गर्न बाध्य बनायो ।



शताब्दीयौँदेखि गाईबस्तुको रहस्यमय अङ्गच्छेदनको घटना भइरहेका छन् । आमसिकारीदेखि अज्ञात उडनतस्तरी यी घटनाका जिम्मेवार रहेको व्याख्या हुने गरेको छ । वास्तविकता के हो ?

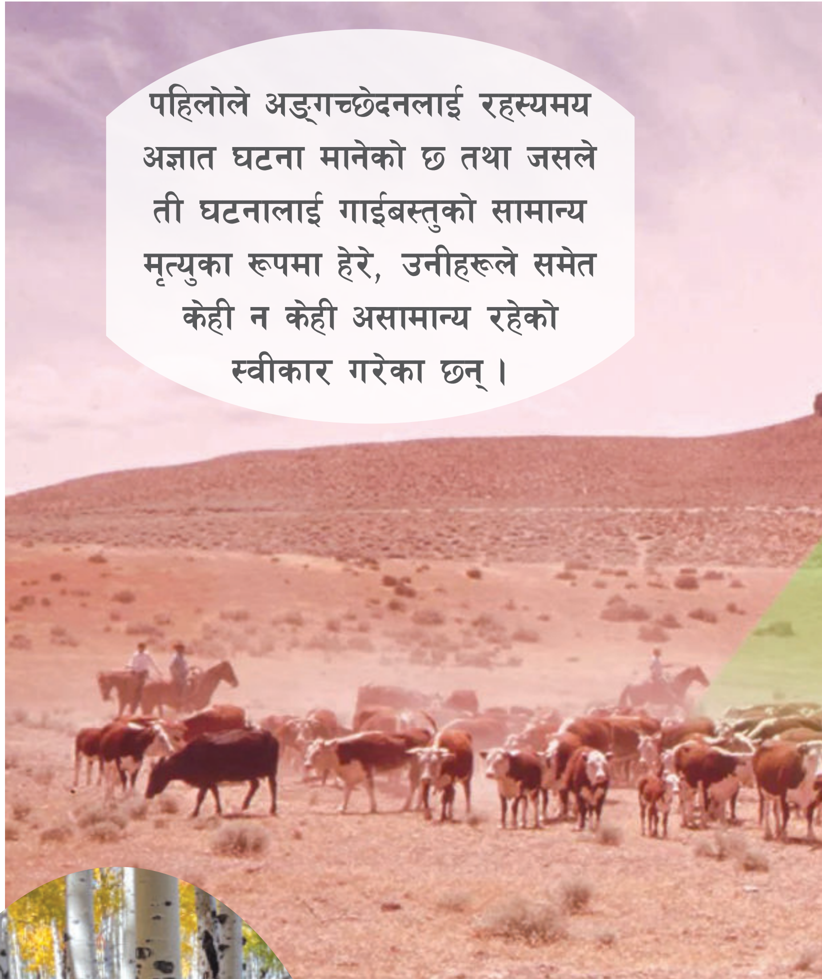
मुर्दा गाईबस्तुको अवस्था देखेर तिनका पालक स्तब्ध हुन्थे । पशुका आँखा, कान, पेट, मलद्वार, यौन अङ्ग र जिब्रो चतुर्‍याइँपूर्वक काटिएको देख्दा यस्तो लाग्थ्यो धारिलो र सफा उपकरणले तिनलाई काटिएको हो । मरेका गाईबस्तुको शरीरमा रगतको थोपा हुँदैनथ्यो । घटनास्थलमा न त कसैको पदचिह्न देखिन्थ्यो न त त्यहाँ मौकाको फाइदा उठाउने मुर्दाखोर नै फेला पर्दथे ।

सन् १९७५ मा अप्रिलदेखि अक्टोबरबीचमा अमेरिकाको कोलोराडो राज्यमै गाईबस्तुको अङ्गच्छेदन गरिएको लगभग दुई सय घटना भएका थिए । स्थानीय पत्रिकाका मुद्दामा मात्र सीमित नभएर यी घटना राष्ट्रिय समस्याका रूपमा पहिचान गरिए । त्यस वर्ष कोलोराडो एसोसिएटेड प्रेसले यी मुद्दालाई राज्यको नम्बर एक समाचार मानेको थियो । त्यसबखत कोलोराडोका सिनेटर फ्लोयड हस्केलले फेडरल ब्युरो अफ इन्भेस्टिगेसन (एफबिआई) सँग यस विषयमा छानबिन गर्नुपर्ने माग नै गरे ।

सन् १९७० को दशकमा अमेरिकाको मध्य भागमा यस्तो घटना निरन्तर बढिरह्यो । सन् १९७९ मा त अङ्गच्छेदन गरी हजारौँ बस्तुभाउ मारिएको घटनाले करोडौँ डलरको पशुधन क्षति भएको कुरा उठ्यो । त्यसपछि मात्र न्यु मेक्सिकोको इन्डियन ल्यान्ड्समा भएका शृङ्खलाबद्ध घटनाले एफबिआईलाई अनुसन्धान गर्न बाध्य बनायो । विज्ञानमा रुचि राख्ने तथा हार्वर्डबाट जियोलोजीमा

विद्यावारिधि गरेका र अपोलो–१७ को अन्तरिक्षयात्री भएर चन्द्रमामा पाइला टेकेका अमेरिकी सिनेटर ह्यारिसन स्मिटद्वारा आयोजित परिसंवादमा भएको चर्को बहसले समेत एफबिआईलाई अनुसन्धान सुरु गर्न दबाब परेको भन्न सकिन्छ ।

अन्ततः के भयो भने केही रहस्यमय घटना भइरहेको जुन विचार उब्जिएको थियो त्यसमा एफबिआईको अनुसन्धानले चिसो पानी खन्यादियो । सन् १९८० जनवरी १५ मा एफबिआईले अनुसन्धान सम्पन्न गर्दै भन्यो, “बस्तुभाउको अङ्गच्छेदनबाट भएको मृत्यु सम्बन्धमा जुन घटना ‘रिपोर्ट’ गरिएका छन् त्यो काम कुनै आमपरभक्षीबाहेक अरूको होइन ।” यस प्रतिवेदनलाई स्थानीयले ठाडै अस्वीकार गरिदिए ।



> **पहिलोले अङ्गच्छेदनलाई रहस्यमय अज्ञात घटना मानेको छ तथा जसले ती घटनालाई गाईबस्तुको सामान्य मृत्युका रूपमा हेरे, उनीहरूले समेत केही न केही असामान्य रहेको स्वीकार गरेका छन् ।**

शैतान पन्थदेखि अज्ञात उडन तस्तरीसम्मको सिद्धान्त

पशुधनको अङ्गच्छेदनका रहस्यमय घटना सन् १९७० को दशक वा अमेरिकामा मात्र सीमित थिएन । भेडा, गाई वा घोडामा यस्तो खालका घटना इस्वी संवत्को १७ औँ शताब्दीको आरम्भतिर नै जानकारीमा आएका थिए र पछिल्लो समय सन् २०१९ मा यस्तो घटना भयो । तथापि सन् १९७० को दशकका घटना बढी चर्चामा आए ।



स्पष्ट रूपमा कुरा गर्दा पशुधनको अङ्गच्छेदन गरी हुने मृत्युका घटनासम्बन्धी बहसमा दुई धार देखिएको छ : पहिलोले अङ्गच्छेदनलाई रहस्यमय अज्ञात घटना मानेको छ तथा जसले ती घटनालाई गाईबस्तुको सामान्य मृत्युका रूपमा हेरे, उनीहरूले समेत केही न केही असामान्य रहेको स्वीकार गरेका छन् ।

अज्ञात घटना मान्नेमा समेत सम्भावित कारणका बारेमा फरक मत देखियो । केही सरकारी कर्मचारीले विचित्रको धार्मिक अनुष्ठानका लागि गाईबस्तुको अङ्गच्छेदन गरिएको विचार राखे । सन् १९८० मा रोयल क्यानेडियन माउन्टेड पुलिसले आरोप लगायो, अङ्च्छेदन अज्ञात पन्थले गरेको हो । अमेरिकाको आयोवामा अपराध अनुसन्धान विभागले अङ्गच्छेदनमा दुष्ट शैतानको हात रहेको दाबी गऱ्यो ।






चौतर्फी दबाब बढ्न थालेपछि नेब्रास्काको नेसनल गार्डले आफ्ना हेलिकोप्टरलाई नियमित रूपमा उडान भर्ने उचाइ हजार फिटमा होइन दुई हजार फिटमा उडान भर्नुपर्ने आदेशसमेत जारी गरेको थियो।

पशुपालन गरिने क्षेत्रका समुदायमा चलेको कुरा अनुसार रहस्यमय हेलिकोप्टर देखिएपछि अङ्गच्छेदनको घटना हुने गरेको थियो। अङ्गच्छेदनका कारण धेरै पशुधन गुमाउनेले चाहिँ ती घटनालाई जैविक हतियार परीक्षणका लागि सङ्घीय सरकारको कृत्य माने। चौतर्फी दबाब बढ्न थालेपछि नेब्रास्काको नेसनल गार्डले आफ्ना हेलिकोप्टरलाई नियमित रूपमा उडान भर्ने उचाइ हजार फिटमा होइन दुई हजार फिटमा उडान भर्नुपर्ने आदेशसमेत जारी गरेको थियो।

पृथ्वीकै अज्ञात प्राणीले गाईबस्तुको अङ्गच्छेदन गर्ने गरेको आरोप लगाउने पनि थिए। पृथ्वी बाहिरबाट आउने अज्ञात प्राणीले गाईबस्तुको अङ्गच्छेदन गर्छन् भन्ने मान्यतासमेत त्यस समय व्यापक थियो। स्ट्यानफर्डका शिक्षित लिन्डा माउल्टनले पशुधन अङ्गच्छेदनका हजारभन्दा बढी घटना अध्ययन गरी सन् १९८० मा 'अ स्ट्रेन्ज हार्भेस्ट' वृत्तचित्र बनाइन्। यस वृत्तचित्रले उनीलाई एमे अवार्डसमेत दिलायो। त्यसपछि सन् १९८९ मा उनले यसै विषयमा अर्को वृत्तचित्र बनाइन् : 'एन लियन हार्भेस्ट'। यस माध्यमबाट उनले निष्कर्ष निकालिन्, उडनतस्तरीबाट आउने अज्ञात प्राणी यी घटनामा सकभर जिम्मेवार छन्।

त्यसअघि सन् १९६७ सेप्टेम्बरमा भएको एउटा घटनाले उडनतस्तरीका अज्ञात प्राणीलाई दोष दिन मिल्ने परिस्थिति दर्शाउँछ। कुरा के भयो भने त्यस दिन कोलोराडोको अलामोसाको एउटा पशुफार्ममा लेडी नामको घोडा अङ्गच्छेदनबाट मरेको पाइयो। उसको लगभग सबै छाला तथा गिदी, फोक्सो, मुटु र थायराइड समेत सफाइपूर्वक निकालिएको थियो। घटनाको २४ घण्टाभित्र स्थानीय उच्च अदालतका न्यायाधीश चार्ल्स बेन्नेटले आकाशमा सुन्तला रङका तीन वटा रिङ देखे, जो निकै तेज गतिमा त्रिकोण आकार बनाएर उडिरहेका थिए। ■

-युवामञ्च



दसैं र नवदुर्गा

■ निनाम लोवात्ती

देवी चन्द्रघण्टको हातमा धनुवाण, त्रिशूल, गदा, घण्ट, तरबार, कमलको फूल आदि रहेको हुन्छ भने उनी बाघमाथि विराजमान हुन्छिन् ।



वि सं २०७८ को जनगणना अनुसार नेपालमा एक सय ४२ जातजाति, एक सय २४ भाषाभाषी र १० धार्मिक समूह रहेका छन् । यसरी हेर्दा दसैं नेपालको सबैभन्दा धेरै मानिसले मान्ने चाडपर्व हो । यो छोटो लेखमा नवदुर्गाको नाम र ती देवीका बारेमा केही जानकारी दिइएको छ ।

१. हिन्दु धर्मावलम्बीले दसैंको अवसरमा नवरात्रको पहिलो दिन, जुन दिन घटस्थापना सुरु गरिन्छ, शैलपुत्रीलाई सम्झने र शैलपुत्रीको पूजा गर्ने गरिन्छ । स्मरणीय छ नवदुर्गामध्येकी एक शैलपुत्री देवीले दाहिने हातमा त्रिशूल र देब्रे हातमा कमलको फूल लिएकी तथा साँढेमाथि विराजमान रहेकी हुन्छिन् ।

२. नवरात्रको दोस्रो दिन ब्रह्मचारिणीलाई सम्झने र पूजा गर्ने गरिन्छ । दसैंको अवसरमा हिन्दु धर्मावलम्बीले पुज्ने नौ देवीमध्ये दोस्रो दिन पुजिने ब्रह्मचारिणी देवीले दाहिने हातमा जप माला र देब्रे हातमा कमण्डलु लिएर भुइँमा उभिएकी हुन्छिन् ।

३. नवरात्रको तेस्रो दिन पुजिने चन्द्रघण्ट देवीको १० वटा हात हुन्छन् । देवी चन्द्रघण्टको हातमा धनुवाण, त्रिशूल, गदा, घण्ट, तरबार, कमलको फूल आदि रहेको हुन्छ भने उनी बाघमाथि विराजमान हुन्छिन् ।



वरात्रको नवौँ दिन सिद्धिद्धदातृ देवीको पूजा गरिन्छ । यी देवीलाई सुर गण, असुर गण, देव गण, यक्ष गण, गन्दर्भ गण र स्वयम् देवी गणले पनि पूजा गर्छन् ।



४. नवरात्रको चौथो दिन पुजिने कुशमण्डु देवीको चार वटा हात रहेका छन् । ती हातमा कमण्डलु, धनुर्बाण, कलश, अमृत, चक्र, गदा, तीर, जपमाला रहेको हुन्छ । यी देवी पनि बाघमाथि नै विराजमान रहेकी हुन्छिन् ।

५. नवरात्रको पाँचौँ दिन पुजिने स्कन्दमाता देवीको दुई हातमा कमलको फूल हुन्छ भने काखमा बालक कुमार (स्कन्द) लाई सम्हालेर राखेकी हुन्छिन् । यी देवीको वाहन सिंह हो ।

६. नवरात्रको छैटौँ दिन कात्यानी देवीलाई पुजिन्छ । कात्यानी देवीको चार वटा हात छन् । देब्रेतिरका दुई हातले कमलको फूल र खड्ग बोकेको तथा दाहिनेतिरका दुवै हातले आशीर्वचन-ध्यान मुद्रा गरेको देखिन्छ । यी देवीको वाहन पनि सिंह नै हो ।

७. नवरात्रको सातौँ दिन देवी कालरात्रिको पूजा गर्ने गरिन्छ । यी देवी अरू देवीभन्दा बिल्कुलै फरक रहेकी छन् । किनभने यी देवी अर्धनग्न छिन् भने यिनको तीन आँखा रहेको (निधारको कालो टीको समेत) छ । देवीको चार हातमध्ये देब्रे हातमा खुँडा र भाला रहेको छ । दाहिने हात मुद्रा आकारमा छ । यी देवीलाई रातको समयमा मात्रै पूजा गर्नुपर्ने मान्यता रहेको छ । यी देवीको वाहन गधा हो ।

८. नवरात्रको आठौँ दिन महागौरी देवीलाई पुज्ने गरिन्छ । चार हात भएकी देवी महागौरीको दाहिनेतिरको एक हातमा त्रिशूल र देब्रेतिरको एक हातमा डमरु रहेको हुन्छ । यी देवी अभय र भद्र मुद्रामा बसेकी हुन्छिन् भने यी देवीको वाहन सेतो रङको साँढे हो ।

९. नवरात्रको नवौँ दिन सिद्धि दातृ देवीको पूजा गरिन्छ । यी देवीलाई सुर गण, असुर गण, देव गण, यक्ष गण, गन्धर्भ गण र स्वयम् देवी गणले पनि पूजा गर्छन् । यी देवीको हातमा शङ्ख, चक्र, गदा रहेको छ । यी देवी कमलको फूलमाथि विराजमान रहेकी छन् । ■



घर घरमा मन्द विष

नेपाली बालबालिका सुरक्षित खेलौना खेल्ने अधिकारबाट वञ्चित मात्र छैनन् उनीहरूमा अनेक खालका हानिकारक तत्त्वको असर पनि परिरहेको छ। बालबालिकाकै हकहित संरक्षण गर्नका लागि गठन भएका मन्त्रालय, विभाग, आयोग र आयोजनालाई बालबालिकाले खेल्ने खेलौना वा खाने पूरक आहारामा पाइने घातक रसायनका बारेमा कुनै चासो नै छैन। साथै यससम्बन्धी प्राविधिक जनशक्ति एवं प्रयोगशाला जस्ता आवश्यक पूर्वाधारको त कमी नै छ।

नेपाली बजारमा खेलौनाको व्यापार हरेक वर्ष फस्टाउँदो छ। नेपाली बजारमा पाइने प्रायः जसो खेलौना आयातित छन्। नेपालमा चीन, भारत, मलेसिया, थाइल्यान्डलगायत युरोपेली र अमेरिकी क्षेत्रका मुलुकबाट खेलौना आयात गरिने देखिन्छ तर विडम्बना भन्नु पर्छ कस्तो खालको खेलौना आयात भइरहेको छ त्यतामा न त व्यापारीको ध्यान गएको देखिन्छ न त सरकारी निकायको नै।



■ राम चरित्र साह
कार्यकारी निर्देशक एवं
वातावरण वैज्ञानिक



उपहारस्वरूप वा आमाबुवाले किनेर दिने रङ्गीचङ्गी खेलौना, त्यसमा पनि प्लास्टिकका खेलौनामा के हुन्छ भन्ने नजानिकनै आदानप्रदान र प्रयोगमा व्यापकता छाएको छ। बजारमा पाइने कुनै पनि खेलौनामा त्यसमा प्रयोग गरिएको रसायनका बारेमा लेखिएको वा हानिकारक तत्त्वका बारेमा उल्लेख गरिएको बिरलै भेटिन्छ।

उठाउन खोजेको विषयवस्तु सुन्दा सानो वा साधारण लागे पनि यो कुरा निकै गम्भीर छ, विशेष गरी बालबालिकाको स्वास्थ्य र विकासमा परिरहेको असरलाई बेवास्ता गरिन सकिँदैन। विश्वव्यापी रूपमा भइरहेको अध्ययनका नतिजालाई मान्ने हो भने विश्व बजारमा विशेष गरी अल्पविकसित मुलुकमा उत्पादन, आयात, बिक्री वितरण तथा उपयोग हुने रङ्गीचङ्गी खेलौनामा स्वास्थ्यलाई निकै गम्भीर असर गर्ने विभिन्न रसायन पाइएका छन्। यसबाट निम्तिने शारीरिक तथा मानसिक समस्याप्रति सरकार र सबै अभिभावक, स्कुल प्रशासन सचेत हुनु पर्दछ। कतै तपाईंको बच्चाको हात र मुखमा पर्ने खेलौना यस्तै विषालु तत्त्वलेयुक्त त छैनन् ?

खेलौनामा घातक रसायन

नेपाली बजारमा पाइने विभिन्न खेलौनामा जनस्वास्थ्य तथा वातावरण प्रवर्धन केन्द्रले विभिन्न समयमा गरेको

बजारमा पाइने कुनै पनि खेलौनामा त्यसमा प्रयोग गरिएको रसायनका बारेमा लेखिएको वा हानिकारक तत्त्वका बारेमा उल्लेख गरिएको बिरलै भेटिन्छ।



अध्ययनका नतिजाले के देखाउँछ भने नेपालमा आयात र उत्पादन हुने ५४ प्रतिशत खेलौनामा अत्यन्त घातक रसायन लेड, मर्करी, क्रोमियम, क्याडमियम र ब्रोमिन पाइएको छ।

नेपालमा पहिलो पटक सन् २०१३ मा जनस्वास्थ्य तथा वातावरण प्रवर्धन केन्द्रले बालबालिकाले घर, पार्क तथा स्कुल आदिमा प्रयोग गरिएका प्लास्टिक, काठ, धातु, रबर, कागज र कपडा आदिबाट बनाइएका सय थान खेलौनामा अध्ययन गर्दा ५४ वटा नमुनामा हानिकारक रसायन फेला पारेको थियो।

यति मात्र होइन केन्द्रद्वारा सन् २०१५ मा गरिएको अर्को अध्ययनबाट नेपाली बजारमा पाइने खेलौनामा ओक्टा विडिई र डेका विडिई जस्ता विश्वमा प्रतिबन्धित रसायन अत्यधिक मात्रामा पाइएको थियो। केन्द्रले सन् २०१८ मा नेपाली बजारमा पाइने विभिन्न खाले खेलौनामा पुनः एक पटक अध्ययन गर्दा ७१ प्रतिशत खेलौनामा कम्तीमा कुनै एक घातक



गह्रौँ धातु जस्तै लेड, क्याडमियम, ब्रोमिन, क्रोमियम फेला पारेको थियो । पाँच खेलौनाका नमुनामा त थालेट्स नामको घातक प्लास्टिक रसायन पाइयो । थालेट्सले मानव शरीरमा हर्मोन उत्पादन ग्रन्थीको कार्यमा अवरोध पुऱ्याउने गर्दछ ।

नरम खाले प्लास्टिकका खेलौनामा थालेट्स अत्यधिक मात्रामा पाउनु एकदमै दुःखद पक्ष हो । नेपाली स्कुले बालबालिकाले सधैँजसो प्रयोग गर्ने र बेलाबेलामा हातले खेलाउने इरेजरमा समेत थालेट्सको मात्रा देखिनु विडम्बनापूर्ण छ । यस बारेमा सरकारी निकायहरूले कडा र बोधगम्य खेलौनाको मापदण्ड बनाई प्रभावकारी कार्यान्वयन र अनुगमन गरी खेलौना उत्पादक तथा व्यवसायीलाई तोकेको बाध्यकारी मापदण्डको प्रभावकारी कार्यान्वयन सुनिश्चित गराइनु पर्दछ ।

विगतमा विभिन्न अध्ययनको नतिजा सार्वजनिक भएपछि ध्यानाकर्षित भई तत्कालीन वातावरण मन्त्रालयले २०७४ साल माघमा खेलौनासम्बन्धी पहिलो मापदण्ड

नरम खाले प्लास्टिकका खेलौनामा थालेट्स अत्यधिक मात्रामा पाउनु एकदमै दुःखद पक्ष हो । नेपाली स्कुले बालबालिकाले सधैँजसो प्रयोग गर्ने र बेलाबेलामा हातले खेलाउने इरेजरमा समेत थालेट्सको मात्रा देखिनु विडम्बनापूर्ण छ ।

बनायो तर व्यापारीको दबाब र मापदण्ड बनाउँदा बखतको सानो प्राविधिक त्रुटिका कारण उक्त मापदण्ड कार्यान्वयनमा आउन सकेन । नेपालले बाल अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिलाई ३३ वर्ष पहिले अनुमोदन गरेको भए पनि नेपाली बालबालिका सुरक्षित खेलौना खेल्न पाउनबाट वञ्चित छन् ।

नेपालमा बालबालिकाले खेल्ने खेलौना र अन्य वस्तुमा भएका हानिकारक रसायनका बारेमा पूर्ण जानकारी लेबलिङका माध्यमबाट जनाइनुपर्ने हुन्छ । हाल बजारमा उपलब्ध धेरैजसो खेलौनामा लेबलिङ गरिएको देखिँदैन र यसबारेमा कसैले वास्ता गरेको समेत छैन ।

घातक रसायन लेडको अवस्था

जनस्वास्थ्य तथा वातावरण प्रवर्धन केन्द्रले २०७८ सालमा गरेको इनामेल पेन्ट्समा लेडको मापदण्डको परिपालनासम्बन्धी अध्ययनबाट छ वर्षभन्दा बढी समय भइसक्दा पनि मापदण्डको पालना नभएको देखियो । अध्ययन गर्दा रङका कुल ६२ नमुनामध्ये ३० वटामा लेडको मात्रा तोकिएको मानक ९० पिपिएमभन्दा बढी लेड पाइनुले नियम परिपालनाको कमजोर अवस्था देखाउँछ ।

कुनै रङमा त २२ हजार ८५० पिपिएमसम्म लेड पाइनु हदैसम्मको

लापरबाही हो । नेपाल गुणस्तर चिह्न प्राप्त पेन्टहरूमा समेत सबैले लेडको मानक सीमाभित्र रहेर काम नगरेको अध्ययनले देखाउँछ । नेपालमा रङ उत्पादन गर्ने बहुर्राष्ट्रिय कम्पनीसमेत दोहोरो मापदण्डमा रङ उत्पादन गरिरहेका छन् ।

यसबाट हामी के भन्न सक्छौँ भने घर घरमा छिरेको लेडयुक्त रङले बालबालिकालाई असर गरिरहेको छ । यसरी नेपाली बालबालिका दूषित खाद्य पदार्थ र खेलौनाबाट मात्रै होइन दैनिक रूपमा घातक रङबाट समेत प्रभावित भइरहेका छन् । जसको स्रोत हुनः रङ, कस्मेटिक, स्कुलका स्टेसनरी र डेस्क बेन्च, फर्निचर आदि ।

जनस्वास्थ्यमा पर्ने असर

रङ्गीचङ्गी खेलौनामा रसायनको प्रयोगले जनस्वास्थ्यमा पर्ने असरको कुरा गर्दा खेलौनामा हुन सक्ने गह्रौँ धातुहरू स्वास्थ्य तथा वातावरणका हिसाबले हितकारी छैनन् । अझ यस्ता रसायनले विशेष गरी बालबालिकाको स्वास्थ्यमा बढी असर गर्दछन् । बालबालिकाले हरेक कुरा चलाउन खोज्ने, जे पनि मुखमा हाल्ने भएकाले उनीहरू बढी जोखिममा हुन्छन् ।



खेलौनामा प्रयोग भएका रसायन र धातु खेलौना टोक्दा तथा धुलो, छाला, श्वासप्रश्वास, खाना र पानी आदि माध्यमद्वारा शरीरमा प्रवेश गर्दछ ।

विषाक्त धातु/रसायन	बालबालिकाको स्वास्थ्यमा पार्ने असर
लेड	लेडले रातो रक्त कोषिकालाई मार्दछ । रक्तअल्पता, मस्तिष्कको विकास, सिकाइ र विकाससम्बन्धी समस्या उत्पन्न गर्न सक्छ । जसले गर्दा बालबालिकाको बौद्धिक क्षमता घटेर जान्छ । पाचन प्रणालीमा असर पर्ने, रक्तचाप बढ्ने, स्मरणशक्ति गुम्ने, मिर्गौलामा खराबी आउने, मांसपेशी तथा जोर्नी दुख्ने, नसामा असर पुग्ने बिग्रने समस्या आउन सक्छ ।
क्याडमियम	हड्डी दुख्ने र सजिलै भाँचिने हुने सक्छ, लामो समयसम्म सम्पर्कमा रहँदा क्यान्सर र मिर्गौलामा समस्या हुन सक्छ ।
पारो (मर्करी)	स्नायु, मस्तिष्क र मिर्गौलमा क्षति, फोक्सो पोल्ने, आँखामा जलन, छालामा दाग, बान्ता र पखाला, स्नायु प्रणालीमा अवरोध, मस्तिष्क कार्यमा क्षति, दृष्टि परिवर्तन, श्रवणशक्ति ह्रास, स्मरणशक्ति ह्रास । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार मर्करीले स्नायु प्रणाली, पाचन प्रणाली, श्वासप्रश्वास प्रणालीमा असर पार्दछ । बच्चा रिसाउने, लजाउने, काम्ने, स्मरण शक्तिसम्बन्धी समस्या, रक्तचाप तथा धड्कन बढ्ने जस्ता समस्या देखा पर्न सक्छ ।
क्रोमियम	एलर्जी प्रतिक्रियाहरू जस्तै छाला, दाग, मिर्गौला र कलेजोमा क्षति, आनुवंशिक परिवर्तन, फोक्सोको क्यान्सर र उच्च जोखिममा मृत्युसमेत हुन्छ ।
ब्रोमिन	आँखा र घाँटीमा जलन, स्नायु प्रणालीको खराबी र आनुवंशिक गडबडी । साथै कलेजो, मिर्गौला, फोक्सोमा हानि ।
जिङ्क	जिङ्कको आधिक्यता हानिकारक हुन सक्छ । उच्च मात्राले वाकवाकी, बान्ता, भोक नलाग्ने समस्या आउँछ ।
आर्सेनिक	छालाको क्यान्सर, मूत्राशयको क्यान्सर र फोक्सोको क्यान्सर, साथै हृदय रोगको उच्च जोखिम ।
थालेट्स	स्नायु विकास चरणमा प्रभाव, व्यवहार परिवर्तन, आक्रामकता र एकाग्रतामा कमी । क्यान्सरको जोखिम बढाउन सक्छ । साथै प्रजनन प्रणाली, मिर्गौला, कलेजो र श्वासप्रश्वास प्रणालीमा प्रतिकूल असर पार्न सक्छ ।



सिंहदरबारमा रेखदेख र सञ्चालनमा रहेको उक्त शिशु स्याहार केन्द्रमा रहेका खेलौनाको गुणस्तरताको जानकारी छैन भने अन्यत्र पाइने खेलौनाको अवस्था कस्तो होला सहजै अनुमान लगाउन सकिन्छ ।



नीतिगत एवं संस्थागत संरचना

नेपाल सरकारले बालबालिकाले स्वस्थ रहन पाउने तथा उनीहरूको शारीरिक, मानसिक विकासका लागि खेलकुद र मनोरञ्जनको अधिकारको प्रत्याभूति गर्नमा सरकारको प्रतिबद्धता रहेको छ । बालबालिका देशका कर्णधार हुन् पनि भनिन्छ । बेलाबेलामा अनेक खालका बाल अधिकार र शिक्षाको कुरा पनि उठिरहेकै हुन्छ ।

नेपाल सरकारले बाल अधिकार संरक्षणको कामलाई नीतिगत, कानुनी, र संरचनागत हिसाबले नै उच्च प्राथमिकतामा राखी बालबालिकासम्बन्धी विभिन्न १६ वटा अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि/सम्झौता गरेको छ, तिनको कार्यान्वयनको तहको कुरा बेग्लै छ ।



तर बालबालिकाको स्वास्थ्य र विकाससँग प्रत्यक्ष जोडिएका तथा खेलौना, इरेजर, पौष्टिक आहार आदिमा गुणस्तर न्यून नै छ । बाल बचाऊ, बाल संरक्षण, बाल विकास र बाल सहभागिता जस्ता विषयमा बहस नहुने पनि होइन तर घातक रसायन र धातुले बालबालिकाको स्वास्थ्यमा पार्न सक्ने असर र तिनको स्रोतका बारेमा गम्भीर भएर कदम चालिएको देखिँदैन ।

निजामती कर्मचारीका शिशुका लागि सिंहदरबारभित्र सञ्चालित दिवा शिशु स्याहार केन्द्र सञ्चालन कार्यविधि–२०७१ को एउटा प्रमुख उद्देश्य भनेको कार्यालय समयमा आमाबुवाबाट हेरचाह एवं रेखदेख पाउन नसक्ने निजामती कर्मचारीका शिशुको सहज वातावरणमा हुर्कन पाउने अधिकार सुनिश्चित गर्दै उनीहरूको शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउने रहेको छ तर त्यहाँ प्रयोग भइरहेका खाद्यवस्तु र खेलौना शिशुका लागि कत्तिको सुरक्षित छन्, कसैले विचार गरेको छ ?

यसमा खेल्ने स्थान, खेल्ने सामग्री आदिको व्यवस्थापन गर्नेदेखि भित्तामा लगाइने रङ, उत्पादित जैविक एवं अजैविक फोहोरको उचित व्यवस्थापन, चोटपटक नलाग्ने तथा सकारात्मक मानसिक र शारीरिक विकासमा







सहयोग पुग्ने खालका खेलौनाको व्यवस्थापन कसरी भइरहेको छ ? सिंहदरबारमा रेखदेख र सञ्चालनमा रहेको उक्त शिशु स्याहार केन्द्रमा रहेका खेलौनाको गुणस्तरताको जानकारी छैन भने अन्यत्र पाइने खेलौनाको अवस्था कस्तो होला सहजै अनुमान लगाउन सकिन्छ ।

निष्कर्ष

नेपाल बाल अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिको पक्षधर राष्ट्र बनेको ३३ वर्षभन्दा बढी भइसक्दा पनि नेपाली बालबालिकाले खेल्ने खेलौना र प्रयोग गर्ने स्कुले स्टेसनरीमा बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासमा निकै असर पुऱ्याउने विभिन्न घातक रसायन र धातु प्रचुर मात्रामा हुनु तितो सत्य हो ।

नेपालमा घातक खेलौना र स्टेसनरी उत्पादन, आयात, बिक्रीवितरण आजको दिनसम्म पनि निर्बाध छ ।



नेपालमा घातक खेलौना र स्टेसनरी उत्पादन, आयात, बिक्रीवितरण आजको दिनसम्म पनि निर्बाध छ ।

पुनश्चः नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद् तथा विश्वविद्यालय र निजी अनुसन्धान केन्द्रबाट विराटनगर, वीरगन्ज, काठमाडौँ, ललितपुर, भक्तपुरमा गरी चार–चार पटक गरिएको अध्ययनले करिब ६५ प्रतिशत नेपाली बालबालिकाको रगतमा शारीरिक, मानसिक र बौद्धिक विकासमा निकै नकारात्मक असर पुऱ्याउने घातक धातु लेड पाइएको हुनाले यो समस्याको समाधान गर्न, गराउन सबैतिरबाट आवश्यक पहल हुनु जरुरी छ ।

अमेरिका र बेलायतमा बालबालिका स्कुलमा भर्ना हुनुपूर्व हरेक बालबालिकाको रगतमा लेडको परीक्षण अनिवार्य गरे जस्तै नेपालमा पनि सो गर्न, गराउन नीतिगत व्यवस्था हुनु पर्दछ । ■

मेरो पुस्तकालय



डा. रवीन्द्र समीर

जनस्वास्थ्य विशेषज्ञ/साहित्यकार

डा. रवीन्द्र पाण्डे जनस्वास्थ्य विशेषज्ञका रुपमा परिचित छन् । पेसाले चिकित्सक भए पनि नेपाली साहित्यमा 'रवीन्द्र समीर' का नामबाट कलम चलाएर उनले आफूलाई स्थापित गराएका छन् । लघुकथा लेखनका क्षेत्रमा तीन दशकदेखि कलम चलाउँदै आएका समीरका आठ वटा लघुकथा कृति- तेस्रो आँखा, पोस्टमार्टम्, विकिरण, ईश्वरका कथा, अर्जुनदृष्टि, अणु र पहाड, ग्रेटवालको ग्रेट अनुभूति (नियात्रा), भूकम्पमा मल्हमपट्टी (उपचार), मृत्युको आयु र कोरोनातन्त्र (उपन्यास) गरी १३ वटा साहित्यिक कृति प्रकाशित छन् ।

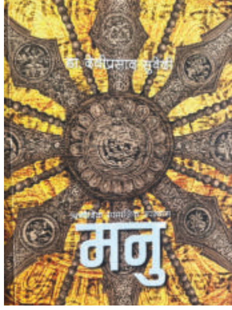
समीरले पद्मश्री साहित्य पुरस्कार, उत्तम शान्ति पुरस्कार, युवा वर्ष मोती पुरस्कार, अनेसास उत्कृष्ट पुस्तक पुरस्कार, रमेश विकल समाज सेवा सम्मान, साहित्य सन्ध्या पुरस्कार, जनमत सम्मान, नेपाल विद्याभूषण पदकलगायत दुई दर्जनभन्दा बढी राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय पुरस्कार एवं सम्मान प्राप्त गरेका छन् ।

समीर लेखनमा नवीन प्रयोग गर्न रुचाउने भएकाले लघुकथा शैलीमा दुई उपन्यास प्रकाशित छन् । जनस्वास्थ्य विशेषज्ञ समीर भूकम्प, बाढीपहिरो, कोभिड सर्वमहामारीलगायतका विपत्मा समाज सेवामा समर्पित हुँदै आएका छन् । व्यवसाय, लेखन र समाज सेवामा सक्रिय रहेर पनि उनी अध्ययनलाई उतिकै महत्त्व दिँदै आएको बताउँछन् । मानवीय जीवनमा पुस्तकको महत्त्व प्रकृति जस्तै भएको विचार राख्ने समीर भन्छन्, "ज्ञान र शिक्षा, भाषा र सञ्चारमा विकास, संज्ञानात्मक उत्तेजना, मानसिक स्वास्थ्यमा लाभ, सहानुभूति र समानुभूति, सांस्कृतिक सम्पदाको संरक्षण, मनोरञ्जन, प्रेरणा र मार्गदर्शन, मानव उपलब्धि र विचारको अभिलेख तथा सामाजिक रुपान्तरण र सशक्तीकरणमा पुस्तकको ठूलो महत्त्व छ ।"

आफ्नो जीवनमा प्रभाव पारेका महत्वपूर्ण पुस्तकका रुपमा हार्पर लीको 'टु किल अ मोकिङबर्ड', जर्ज ओरवेलको '१९८४', र जेडी सालिन्जरको 'द क्याचर इन द राई' को नाम लिँदै भन्छन्, "यी पुस्तक पढेपछि मेरो सोचाइमै परिवर्तन आएको मैले अनुभव गरेको छु । बिपी कोइरालाका पुस्तक र पौराणिक ग्रन्थ पढ्दा पनि उतिकै आनन्दानुभूति प्राप्त हुन्छ ।"

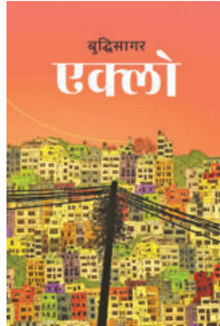
स्टेथिस्कोप र पुस्तकलाई उतिकै माया गर्ने समीरले घरमा पुस्तकालय नै खडा गरेका छन् । उनले पछिल्लो समयमा पढेका पाँच पुस्तकको बारेमा यसरी जानकारी दिएका छन् :

मनु



नेपाली भाषा साहित्यका विद्वान् प्राडा देवीप्रसाद सुवेदीद्वारा लिखित ऋग्वेदकालीन उपन्यास 'मनु' मानव सभ्यता पर्गेल्न सक्षम र सशक्त मिथकीय उपन्यास हो। मदनमणि दीक्षितको चर्चित उपन्यास 'माधवी' आएको चार दशकपछि सुवेदीको ऋग्वैदिक सामाजिक उपन्यास 'मनु' मा देव र असुरबीचको विभाजनको अन्त्य भई मनुकै नेतृत्वमा मानव जातिको विकास भएको विषयलाई रोचक ढङ्गले प्रस्तुत गरिएको छ। स्वर्गलोक, यमलोकदेखि विभिन्न पौराणिक स्थान तथा पात्रको यकिन गरिएको यो उपन्यास वैदिक वाङ्मयको राम्रो खुराक हो।

एक्लो



'एक्लो' साहित्यकार बुद्धि सागरको तेस्रो उपन्यास कृति हो। गाउँबाट सहर पसेको मूलपात्र कोलाहल र भिडमा पनि कसरी एक्लो हुन्छ ? उसले सहरको लयमा चल्न कति सङ्घर्ष गर्नु पर्छ ? मान्छे आफ्नो लक्ष्यमा पुग्नका लागि कति हन्डर ठक्कर खानु पर्छ ? यो एक्लोपन कमजोरी हो कि शक्ति ? लगायतका विषयमा काव्यिक लय र मिठासमा उपन्यास लेखिएको छ। वैभवशाली सहरमा गरिबी, पीडा तथा अवसादको भारी बोकेर उज्यालो सपना देख्ने आममान्छेको कथा हो, एक्लो। यो कृतिले सङ्घर्ष गर्न सिकाउँछ।

इनर इन्जिनियरिङ



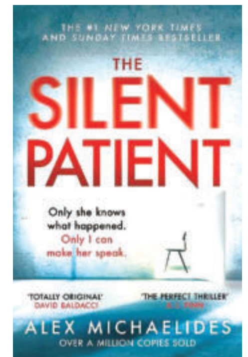
सद्गुरुद्वारा लिखित 'इनर इन्जिनियरिङ' विश्वका २५ भाषामा १० लाखप्रतिभन्दा बढी प्रकाशित भइसकेको पुस्तक हो। अध्यात्म र योगसँगको आफ्नो अनुभवबाट पाठकको भित्री प्रज्ञा जागृत गराउने उद्देश्यले यो पुस्तक तयार गरिएको छ। सद्गुरुको साधनाबाट निःसृत ज्ञानरूपी यो पुस्तकमा हरेक समस्याको समाधान आफूभित्रै छ, आफ्नो भाग्य आफैँ रच्नु पर्छ, सीमा छैन त बोझ पनि छैन भनिएको छ। यसमा योग, शरीर, मन, ऊर्जा, आनन्दलगायतका विषय समेटिएका छन्।

भेजिटेरियन



'भेजिटेरियन' दक्षिण कोरियाकी हान काङद्वारा लिखित सन् २०१६ को प्रसिद्ध बुकर पुरस्कार प्राप्त उपन्यास हो। रक्तरञ्जित दुःस्वप्नपश्चात् शाकाहारी भएकी मूलपात्रले आफ्ना बाबुआमा, पति, बहिनी तथा साथीको अनुरोध तथा जबर्जस्तीको बाबजुद पनि मांसाहार गर्दिनन्। उनले वनस्पतिजन्य जीवन बाँच्ने भनेर खाना नखाँदा हाड र छालायुक्त हुँदै मृत्युवरण गर्दछिन्। यो उपन्यास विद्रोह र निषेध, हिंसा तथा कामुकता एवं कठिन रूपान्तरण गरी तीन खण्डमा विभाजित छ। लेखकले यो सभ्य समाजमा प्रकृति, यौन र कला कसरी दुर्घटनामा पर्छन् भनेर महिलाको अस्तित्व र पहिचानको साङ्केतिक युद्ध लडेकी छन्। यसको नेपाली अनुवाद प्रवीण अधिकारीले गरेका छन्।

द साइलेन्ट पेसेन्ट



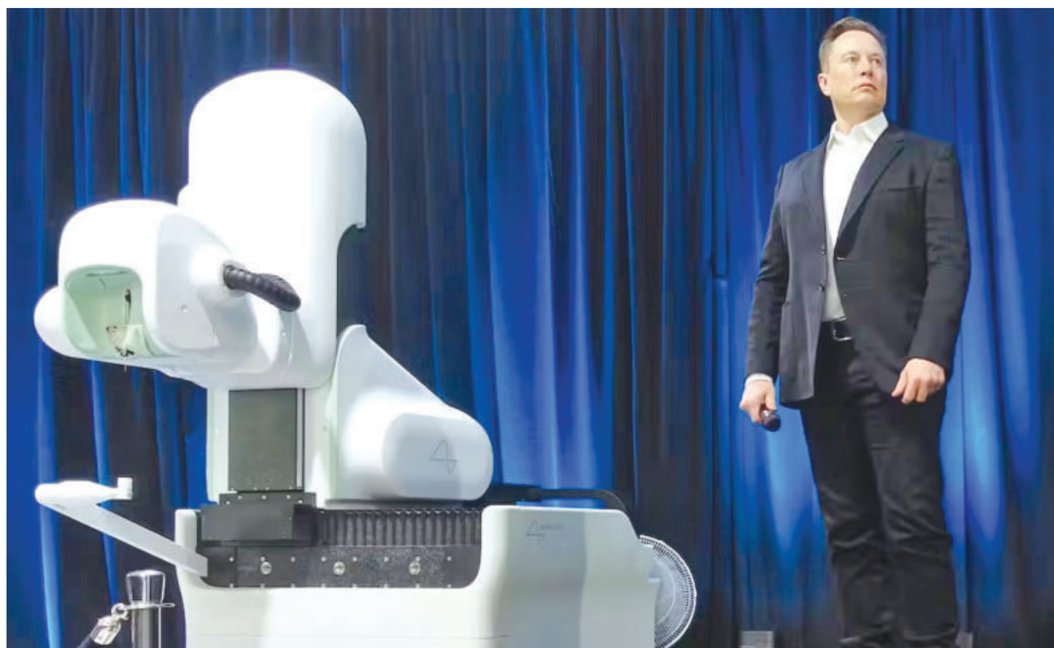
एलेकस माइकलाइड्सद्वारा लिखित 'द साइलेन्ट पेसेन्ट' कुशलतापूर्वक सिर्जना गरिएको मनोवैज्ञानिक थ्रिलर हो। यसले पाठकलाई जटिल कथानक, जटिल पात्र र मनोवैज्ञानिक अन्वेषणले मोहित बनाउँछ। लेखकले यसमा रहस्यात्मक कथावस्तु बुनेका छन्, जसले पाठकलाई अन्तिम पृष्ठसम्म अनुमान गर्दै पढ्न बाध्य गर्दछ। 'द साइलेन्ट पेसेन्ट' एक महिलाले आफ्नो पतिको विरुद्धमा गरेको हिंसा र उनको मनसाय उजागर गरिएको मनोवैज्ञानिक उपन्यास हो। ■

– प्रस्तुतिः तुलसीहरि कोइराला

चिपले चल्ने छ दिमाग



अजय शर्मा



NEURALINK

टेस्ला, स्पेसएक्स र एक्स (ट्विटर) का मालिक एलन मस्कको ब्रेन–कम्प्युटर इन्टरफेस (बिसिआई) को स्टार्टअप 'ब्रेन–चिप फर्म' न्युरालिङ्कले पहिलो चरणमा पक्षाघात भएका बिरामीमा 'ब्रेन चिप' प्रत्यारोपणको अनुमति पाएको छ ।

कम्पनीलाई 'इन्डिपेन्डेन्ट रिभ्यु बोर्ड' बाट पहिलो पटक पक्षाघात भएका बिरामीमा चिप प्रत्यारोपण गर्ने अनुमति दिएको छ । मस्कले केही समयअघिदेखि मानिसको दिमागमा कम्प्युटरमा जस्तै चिप राख्न सकिने दाबी गर्दै आएका छन् । मस्कको 'ब्रेन–चिप फर्म' न्युरालिङ्कले यसअघि अमेरिकी खाद्य तथा औषधी प्रशासन (एफडिए) बाट पहिलो पटक मानिसको मस्तिष्कमा चिप प्रत्यारोपण गरी परीक्षण गर्न स्वीकृति दिएको जनाएको थियो ।

न्युरालिङ्क एक स्वास्थ्यसम्बन्धी सूचना प्रविधि क्षेत्रमा काम गर्ने कम्पनी हो । जसको मुख्य उद्देश्य 'ब्रेन–चिप' उत्पादन गर्नु र मानिसको मस्तिष्कमा चिप प्रत्यारोपण गर्नु छ । यो कम्पनी मस्कले सन् २०१६ मा स्थापना गरेका हुन् ।

न्युरालिङ्कका अनुसार कम्पनीले यस्तो मस्तिष्क चिप तयार पारेको छ, जसको प्रयोगले आँखा नदेख्ने व्यक्तिले आँखा देख्न सक्ने छन् । त्यस्तै शरीरको कुनै भाग नचल्ने व्यक्तिले सो भाग चलाउन सक्ने छन् । त्यति मात्र कहाँ हो र कम्पनीको दाबी अनुसार मानिसको दिमाग चिपमार्फत अब कम्प्युटरसँग जोडिने छ । मानिसको दिमागलाई कम्प्युटर वा स्मार्ट फोनबाट नियन्त्रण गर्न सकिने छ ।

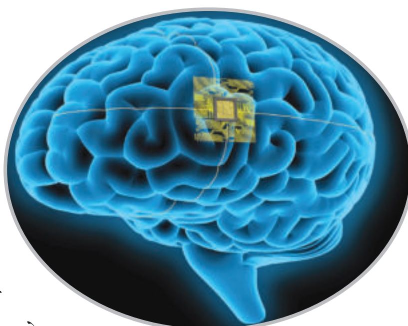
त्यसो त यस कम्पनीले यसअघि यस्तो चिपको परीक्षण पशुमा सफलताका साथ गरिसकेको छ । यसअघि कम्पनीले बाँदर र सुँगुरको दिमागमा यस्तो चिप प्रत्यारोपण गरेर सफल परीक्षण गरेको थियो । मस्कले क्लब हाउसमा एक अन्तर्वार्ता दिँदै न्युरालिङ्कले बाँदरको मस्तिष्कमा वायरलेस उपकरण प्रत्यारोपण गरेको



न्युरालिङ्कले आफ्नो प्रविधि मानवमा परीक्षण गर्ने बताउँदै आएको थियो तर मानवमा यस्ता परीक्षणले नकारात्मक असर गर्ने भन्दै एफडिएले न्युरालिङ्कको निवेदन अस्वीकार गरेको थियो ।







र सो प्रत्यारोपणपछि बाँदरले आफ्नो दिमागको सहारामा भिडियो गेम खेलेको खुलासा गरेका थिए ।

अब भने मस्कको यो महत्त्वाकाङ्क्षी परियोजना अन्तर्गत कम्पनी मानव मस्तिष्कमा ब्रेन चिपको परीक्षण गर्ने तयारीमा जुटेको छ । एउटा सानो पातलो सिक्का जस्तो देखिने लचिला तार जडित इलेक्ट्रोडहरूबाट बनेको ब्रेन चिप मानव मस्तिष्कमा जोडिने भएको छ ।

ब्रेन चिप उपकरण सर्वव्यापी रूपमा प्रयोग गर्न कम्पनीले फुड एन्ड ड्रग एड्मिनिस्ट्रेसनबाट अनुमति लिनुपर्ने हुन्छ । जसका लागि कम्पनीले यो उपकरण पहिले मान्छेमा सफल परीक्षण गर्नुपर्ने छ । मस्कले अल्जाइमर, डिमेन्सियाजस्ता न्युरोलोजिकल समस्या समाधानका लागि मानव मस्तिष्कमा कम्प्युटर इन्टरफेस प्रत्यारोपण गर्ने लक्ष्य छ ।

न्युरालिङ्कको उद्देश्य

यस परियोजनाको दीर्घकालीन योजना मानिस र कृत्रिम बौद्धिकताबीचको सम्बन्ध पत्ता लगाउनु रहेको छ । मस्कले सन् २०२३ को अन्तिमसम्ममा सबै कुरा पूर्वनिर्धारित योजना अनुसार भयो भने ब्रेन चिपको प्रयोग मानिसमा सुरु गरिने बताएका छन् ।

कम्प्युटरले मानिसको मस्तिष्कसँग प्रत्यक्ष सम्पर्क गर्न सक्ने नयाँ तरिका खोज्ने प्रयास कम्पनीले गरिरहेको जनाइएको छ । स्नायु प्रणालीसँग सम्बन्धित जटिल समस्या, जसको हालसम्म चिकित्सकीय उपचार सम्भव छैन, त्यस्ता स्वास्थ्य समस्याको समाधान ब्रेन चिप प्रत्यारोपणपछि हुने आशा न्युरालिङ्कको छ ।

कम्पनीका अनुसार हालको परीक्षण पक्षाघात भएका मानिसमा केन्द्रित भइरहेको र पक्षाघात भएका मानिसको मस्तिष्कमा चिप्स लगाएर मस्तिष्कलाई कम्प्युटरमा जडान गरेर उनीहरूको उपचार प्रभावकारी हुन्छ कि हुँदैन भनेर यो प्रविधि परीक्षण गर्नुपर्ने छ ।

यस्ता समस्याको समाधान वेब ब्राउजिङ र टेलिप्याथीका माध्यमबाट निर्मूल पार्न मद्दत पुग्न सक्ने न्युरालिङ्कको दाबी छ । सन् २०१९ यता नै न्युरालिङ्कले आफ्नो प्रविधि मानवमा परीक्षण गर्ने बताउँदै आएको थियो तर मानवमा यस्ता परीक्षणले नकारात्मक असर गर्ने भन्दै एफडिएले न्युरालिङ्कको निवेदन अस्वीकार गरेको थियो । ■

उपचारमा सहयोगी जीव

किराफट्याङ्ग्रा सामान्यतया रोग सार्ने र मानिसको शत्रुका रूपमा चिनिन्छन् । हामीले देखेमा किराफट्याङ्ग्रालाई मारिहाल्ने वा लखेट्ने गर्छौं । झिङ्गाले रोग सार्छ, लामखुट्टेले रोग सार्ने र टोकेर निद्रा बिथोल्ने तथा सर्पले डस्छ भन्ने सोचाइले हामी किराफट्याङ्ग्रालाई मन पराउँदैनौं । वैज्ञानिक चाहिँ किराफट्याङ्ग्रालाई पारिस्थितिक प्रणालीको अभिन्न अङ्ग मान्छन् ।



झिङ्गा

खतरनाक रोगबाट झिङ्गालाई जोगाउन योगदान गर्ने जैविक गुणलाई प्रयोग गरी मानिसको उपचार गर्न सकिने देखिएको छ । अत्यन्त खराब र गनाउने फोहोर खाने झिङ्गामा सयभन्दा बढी हानिकारक रोगका कारक हुन्छन् ।

तर वैज्ञानिकलाई झिङ्गाको अनुसन्धान गरी मानिसमा रोगको शोध गर्न मद्दत पुगिरहेको छ । सन् २०१४ अक्टोबरमा जिनोम बायलोजी जर्नलमा प्रकाशित एक अनुसन्धानको विवरणमा कोरोनल विश्वविद्यालयका डा. जेफ स्कटले झिङ्गाको जिनोम भेद खोलेर मानिसमा त्यसको उपयोगिता जान्ने प्रयास गरेका थिए । झिङ्गाको डिएनए र मानिससँग ६० प्रतिशत जिन मिल्ने फ्रुटफ्लाईको डिएनएबीच उनको टोलीले तुलना गरी झिङ्गालाई रोगबाट सुरक्षित राख्न प्रतिरक्षा प्रणाली बलियो पार्ने जिन पहिचान गरेको थियो ।

माकुरा



पीडा घटाउन र स्नायुमा पुगेको क्षति निको गर्नमा माकुराको प्रयोग गर्न सकिने विश्वासमा वैज्ञानिक छन्। हामीमध्ये धेरैजसो आठखुट्टे किरा माकुरासँग तर्सन्छौँ तर प्रकृतिको एक उत्कृष्ट बुनकर माकुराको उपयोगिता धेरै छ । विश्वमा एन्टार्कटिकाबाहेक सबै क्षेत्रमा गरी करिब चालिस हजार प्रजातिका माकुरा पाइन्छन्।

सबैजसो माकुरामा टोक्न सक्ने क्षमता भए पनि लगभग एक दर्जन प्रजातिका माकुराले मात्र आफ्नो विषबाट हामीलाई क्षति पुऱ्याउन सक्छन्। ती माकुराले टोकेमा ज्वरो आउने, चिलाउने, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने वा फोका आउने गर्छ। कसैकसैलाई सास लिन कठिन हुने गर्छ र ज्यान पनि जान सक्छ।

वैज्ञानिकले माकुराको विषका यस्ता यौगिक खोजेका छन् जसबाट तीव्र पीडाको उपचार गर्न सकिन्छ। माकुराको विषले मानिसलाई हानि पुऱ्याउन सक्ने भएकाले त्यसलाई वैज्ञानिकले सावधानीसाथ प्रयोगमा ल्याउने प्रयास गरेका छन्। अस्ट्रेलियाको क्विन्सल्यान्ड विश्वविद्यालयका वैज्ञानिकले माकुराको विषमा ती यौगिक खोजेका थिए।

दुई सय पाँच प्रजातिका माकुराको विषको अनुसन्धान गरी वैज्ञानिक टोलीले ४० प्रतिशत विषमा कम्तीमा एक पीडाहरक यौगिक भएको पत्ता लगाइएको थियो।

माकुराको विष मात्र होइन त्यसले उत्पादन गर्ने रेसाबाट मानिसको स्नायु तन्त्रिकाको मर्मत गर्न सकिने वैज्ञानिकको भनाइ छ। सन् २०११ मा जर्मनीको हानोभर मेडिकल स्कुलका वैज्ञानिकले सो खोज गरेका थिए। माकुराको रेसा निकै बलियो हुन्छ र अनुसन्धानबाट पत्ता लागे अनुसार माकुराको रेसा स्टिलभन्दा पाँच गुणा अधिक बलियो हुन्छ।

मौरी



ब्याक्टेरियामा विकास भइरहेको एन्टिबायोटिक प्रतिरोधी शक्तिसँग जुध्न मौरीको विष काम लाग्ने भनाइ वैज्ञानिकको छ। सन् २०१३ मा एन्टिभाइरल थेरापी जर्नलमा वैज्ञानिकले मौरीको विषमा हुने मेलिटिन यौगिक बहुउपयोगी हुने जनाएका थिए। त्यसले एचआइभीलाई पनि नष्ट गरेको बताइएको थियो।

वासिङ्टन युनिभर्सिटी स्कुल अफ मेडिसिनका वैज्ञानिकले मेलिटिन यौगिकले एचआइभीको दोहोरो आवरणमा प्वाल पार्न सक्ने र त्यस विषले भाइरसलाई मार्ने पत्ता लगाएका थिए। यस विषबाट योनीमा लगाउने लेप बनाएर एचआइभी सङ्क्रमण हुनबाट रोक्न सकिने दाबी गरिएको छ।

सन् २०१४ सेप्टेम्बरमा सार्वजनिक गरिएको स्विडेनको लुन्ड विश्वविद्यालयको एक अनुसन्धानपत्रमा नयाँ खालको एन्टिबायोटिक्स बनाउन मौरीको प्रयोग गर्न सकिने जनाइएको थियो। मौरीको पेटमा हुने ल्याक्टिक एसिड ब्याक्टेरिया ताजा महमा पनि पाइन्छ र यसमा ब्याक्टेरियाविरोधी गुण हुन्छ। एन्टिबायोटिक्स प्रतिरोधी क्षमता विकसित गरेका कतिपय ब्याक्टेरियाविरुद्ध मौरीमा हुने यो ब्याक्टेरिया प्रभावकारी हुने पाइएको छ।



बिच्छी

मुटुको समस्या समाधान गर्नमा बिच्छीलाई उपयोग गर्न सकिन्छ। माकुरासरह बिच्छी देख्दा पनि आङ सिरिङ्ग हुन्छ तर यसले समेत हाम्रो उपचारमा सहयोग पुग्ने देखिएको छ। बिच्छीको विषले मुटुमा समस्या ल्याउँछ तर यसले नै मुटुको उपचारमा सहयोग पुग्न सक्छ। सबै बिच्छीमा विष हुन्छ र लगभग ३० प्रजातिका बिच्छीमा मात्र मानिसलाई बिरामी पार्न सक्ने खालको विष पाइन्छ।

ती बिच्छीले डसेमा सास लिन कठिनाइ हुने, मांसपेशीमा ऐँठन, रक्तचाप बढ्ने, धड्कन घट्ने र अनियमित हुने तथा ज्यान जान सक्ने जोखिम रहन्छ तर बिच्छीको विषले नै मुटुको उपचार गर्न मिल्ने भनाइ वैज्ञानिकको छ। सन् २०११ मा अमेरिकाको विस्कोन्सिन मेडिसिन स्कुल अफ मेडिसिन एन्ड पब्लिक हेल्थका वैज्ञानिकले अफ्रिकी इम्पेरियर बिच्छीको विषमा हुने यौगिक मुटु असफल भएको उपचारमा प्रभावकारी हुने पाइएको थियो।

बिच्छीको क्याल्सिन यौगिकले मानिसको मुटुका कोषबाट क्याल्सियमलाई बाहिर निकालेर मुटुका मांसपेशीलाई खुम्चन सहयोग गर्ने वैज्ञानिकको भनाइ छ।

सर्प

सरीसृप वर्गमा पर्ने सर्पको विषबाट समेत मानिसको उपचार गर्न सकिन्छ। सर्पको विषले मानिस मर्न सक्छ तर त्यही विषबाट मानिसको उपचार पनि हुन्छ। सर्पले डस्दा मानिस मर्ने अवस्था पुग्छ तर वैज्ञानिकले सर्पकै विषबाट औषधी बनाएका छन्। सन् २०१२ मा नेचर कम्युनिकेसन जर्नलमा उल्लेख गरिए अनुसार सर्पको विषले उच्च रक्तचाप र क्यान्सरको उपचार गर्न मद्दत मिल्ने छ।

म्यान्मारमा पाइने अजिङ्गर र गार्टर सर्पको जिन विश्लेषण गरी वैज्ञानिकले ती सर्पको विष मानिसलाई हानिकारक भए पनि विषलाई परिवर्तन गरी प्रभावशाली औषधी बनाउन सकिने जनाएका थिए।



भ्यागुता



तुलनात्मक रूपमा भ्यागुता देखेर मानिस कम डराउँछ। आफ्नो शरीरको आकारभन्दा २० गुणा लम्बाइमा उफ्रन सक्ने भ्यागुता विषालु पनि हुन्छन्। विश्वमा छ हजारभन्दा बढी प्रजातिका भ्यागुता पाइन्छन्। कतिपय प्रजातिका भ्यागुता विषालु हुने भए पनि मानिसलाई हानि गर्न सक्ने भ्यागुता थोरै छन्। बरु भ्यागुताबाट मानिसमा क्यान्सरको उपचार हुन सक्ने देखिएको छ।

सन् २०११ मा उत्तरी आयरल्यान्डको क्विन्स विश्वविद्यालयका वैज्ञानिकले वाक्सी मङ्की भ्यागुता र फायरबेलिड भ्यागुताको छालामा दुई वटा प्रोटिन खोजे। जसले नयाँ रक्तनलीको विकास अवरुद्ध गर्छ। वैज्ञानिकका अनुसार क्यान्सरको ट्युमरले रक्तसञ्चारका लागि आफ्नै रक्तबाहिनी नली विकास गरी अक्सिजन र पोषण ग्रहण गर्दछ।

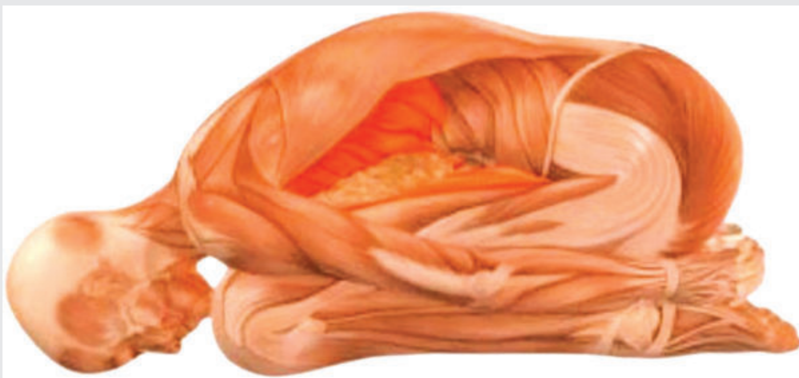
रक्तनली विकास हुने प्रक्रियालाई बन्द गर्ने प्रोटिन हुनुको अर्थ ट्युमरले अक्सिजन र पोषण प्राप्त गर्न सक्ने छैन। जसबाट ट्युमर मर्ने छ। अर्कोतर्फ क्यान्सर नभएको अवस्थामा भ्यागुताको विषमा हुने प्रोटिनले रक्तनली विकासमा सहयोग गरेर मस्तिष्कघात जस्तो अवस्थामा सहयोग पुऱ्याउने छ। ■

-युवामञ्च

के तपाईंलाई थाहा छ ?

एक दिनमा यो आसनमा पाँच मिनेट बस्दाको फाइदा :

यसले दिमागलाई शान्ति दिन्छ। पाचन प्रणालीमा यसले ठूलो सहयोग पुग्दछ। यसले कम्मरको तल्लो भाग लचिलो बनाउँछ।







■ रामप्रसाद आचार्य

जेलमा २० मिनेट

कलङ्क जीवनभरको

सजाय पाउनुअघि तारिओले भावुक भएर प्रहरी र वासिङ्टन डिसीवासीसँग सन् २०२१ जनवरी ६ को घटनामा आफ्नो संलग्नताका लागि माफी मागेका थिए ।



अमेरिकाको इतिहासमा डोनाल्ड ट्रम्प सबैभन्दा विवादास्पद राष्ट्रपति भएका छन् । उनका हठ तथा घमण्डले संसदीय इतिहासमै नभएका घटना त्यहाँको संसद् भवनमा भयो । राष्ट्रपति चुनाव हारे पनि उनले हार स्वीकार गरेनन् । ट्रम्पले आफ्ना समर्थक, कार्यकर्तालाई उक्साएर अमेरिकी संसद् 'क्यापिटल हिल' मा आक्रमण गराए । संविधान मिच्नेदेखि शक्तिको दुरुपयोग गर्ने काम गरेका ट्रम्पले दुई पटक महाभियोग सामना गर्नु पर्‍यो, यौन दुराचारको अभियोगमा दण्डित भए ।

जोय बाइडेनले राष्ट्रपतीय निर्वाचन जितेको प्रमाणित गर्नका लागि संसद्को बैठक भइरहेका समयमा ट्रम्पका समर्थकले संसद् भवनभित्र प्रवेश गरी आक्रमण गरेका थिए ।



अमेरिकाको इतिहासमा संसद्माथि आक्रमणमा दोषी ठहर गरिएपछि ट्रम्प २० मिनेटका लागि जेल गए। यसरी जेल जाने उनी अमेरिकाको पहिलो पूर्वराष्ट्रपति हुन् ।



सन् २०२१ को जनवरी ६ मा ट्रम्पको निर्देशन अनुसार उनका समर्थकद्वारा अमेरिकी संसद् भवनमा हिंसात्मक आक्रमण भयो । सो घटनामा पाँच जनाको मृत्यु भएको थियो भने केही घाइते भएका थिए। संसद् भवनमा तोडफोडसमेत भयो। त्यस दङ्गाको योजना बनाएको आरोपमा 'प्राउड बोइज' समूहका पूर्वनेता एनरिके तारिओलाई २२ वर्षको जेल सजाय भएको छ ।

अमेरिकी संसद् भवनभित्र त्यसबेला भएको घटनामा संङ्लग्नलाई दिइएको यो नै सबैभन्दा लामो सजाय हो । उनलाई गत मे महिनामा सरकारविरुद्धको षड्यन्त्र र अन्य केही आरोपमा दोषी ठहऱ्याइएको थियो। ३९ वर्षीय तारिओ सो घटनाको समयमा वासिङ्टनमा थिएनन् तर त्यहाँ भएको दङ्गामा उनले चरम दक्षिणपन्थी समूहको संलग्नता संयोजन गर्न सघाएका थिए ।

सजाय पाउनुअघि तारिओले भावुक भएर प्रहरी र वासिङ्टन डिसीवासीसँग सन् २०२१



जनवरी ६ को घटनामा आफ्नो संलग्नताका लागि माफी मागेका थिए। जोय बाइडेनले राष्ट्रपतीय निर्वाचन जितेको प्रमाणित गर्नका लागि संसदको बैठक भइरहेका समयमा ट्रम्पका समर्थकले संसद् भवनभित्र प्रवेश गरी आक्रमण गरेका थिए।

तारिओ प्राउड बोइजका राष्ट्रिय अध्यक्ष थिए। सन् २०१६ मा न्युयोर्क सिटीमा स्थापित यस चरम दक्षिणपन्थी समूहका सदस्यले यस समूहलाई पुरुष मात्र भएको, साथै बसेर रमाइलोका लागि मदिरा सेवन गर्नेको जमघट 'ड्रिङ्किङ क्लब' का रूपमा व्याख्या गर्छन्। यद्यपि उनीहरू आफूलाई ट्रम्पका 'सैनिक' भएको पनि बताउँछन्।

आफूलाई अफ्रो-क्युबन भनी चिनाउने तारिओलाई जनवरीको घटनाभन्दा तीन साताअघि 'ब्ल्याक लाइभ्स म्याटर' आन्दोलनको ब्यानर जलाएको आरोपमा पक्राउ गरिएको थियो। त्यतिबेला उनका साथमा उच्च क्षमताका गोलीगट्ठा पनि भेटिएका थिए। त्यसपछि उनलाई धरौटीमा रिहा गरी राजधानीबाट निस्कन आदेश दिइएको थियो।

भारतको समुद्रयान मिसन

भारतले चन्द्रयान-३ र सूर्य मिसनपछि अब समुद्रको गहिराइ नाप्ने तयारी गरेको छ। यसका लागि भारतले समुद्रमा जाने यान बनाउँदै छ। यसलाई समुद्रयान साथै मत्स्य ६००० पनि भनिएको छ। यस यानमा तीन जना समुद्रको छ हजार मिटर गहिराइसम्म जाने छन् अनि त्यहाँ अध्ययन र अनुसन्धान गर्ने छन्। चेन्नइको नेसनल इन्स्टिच्युट अफ ओसन टेक्नोलोजीले यो यान बनाइरहेको छ।



यो एक सामुद्रिक मिसन हुने छ। जसबाट सामुद्रिक अर्थतन्त्र अर्थात् ब्लु इकोनोमीको विकास गर्ने उद्देश्य छ। यसबाट समुद्रको भित्र रहेका जानकारी प्राप्त हुने छन्।

समुद्रयान मिसन पूर्ण रूपमा स्वदेशी लगानी तथा प्रविधिमा बनेको भारतीय सामुद्रिक परियोजना भएको दाबी छ। समुद्रयान एक पनडुब्बी हो। यसको ब्यास २.१ मिटर छ। यसमा १२ घण्टाका लागि तीन जनाले समुद्रको छ हजार मिटरको गहिराइसम्म जान र ९६ घण्टासम्म समुद्रभित्र रहन सक्ने छन्।

ट्रम्पले सन् २०२४ को राष्ट्रपतीय चुनावमा आफू विजयी भएमा प्रायः दङ्गाकारीहरूलाई माफी दिने बताएका छन् । यद्यपि यस घटनाको अनुसन्धान जारी छ। एक भिडियोमा प्रहरी अधिकारी र सञ्चारकर्मीलाई आक्रमण गरिरहेको देखिएका १४ दङ्गाकारीलाई एफबिआईले खोजिरहेको छ ।

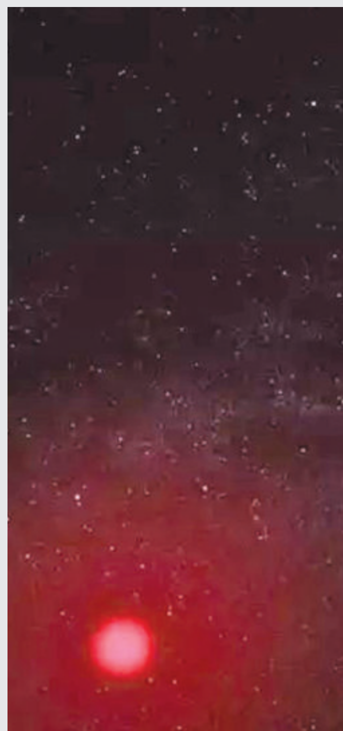
संसद् भवनमा भएको घटनामा पूर्वराष्ट्रपति ट्रम्पलाई दोषी ठहर गरिएपछि उनी जर्जिया राज्यस्थित फुल्टन काउन्टी जेलमा २० मिनेट बसे। उनी त्यहाँ पुग्दा वरपर अत्यन्तै कडा सुरक्षा बन्दोबस्त गरिएको थियो। त्यहाँ उनको औँठाछाप लिइएको र मगसट भनिने प्रहरी रेकर्डमा राखिने फोटो खिचिएको थियो। लगत्तै सो फोटो सार्वजनिक गरियो। छोटो प्रक्रियापश्चात् दुई लाख अमेरिकी डलर जमानतमा उनी रिहा भए।

सन् २०२० मा जर्जिया राज्यमा भएको उनको चुनावी नतिजा उल्टाउन खोजेको अभियोगमा फुल्टन काउन्टी जेलमा आधिकारिक रूपमा उनको नाम दर्ता गरिएको छ। ट्रम्पले आफूविरुद्ध

पानीसहितको बाह्य ग्रह

अमेरिकी अन्तरिक्ष अनुसन्धान एजेन्सी (नासा) ले पानीसहितको बाह्य ग्रह फेला पारेको छ। पृथ्वीबाट एक सय २० प्रकाशवर्ष टाढा रहेको केटु-१८ बी नामको सो बाह्य ग्रहमा पानी फेला परेकाले त्यहाँ जीवन हुन सक्ने नासाका वैज्ञानिकको अनुमान छ। नासाका अनुसार सो ग्रहमा जीवनको सम्भावना रहेकोतर्फ सङ्केत गर्ने एक रसायनसमेत फेला परेको छ।

नासाको जेम्स वेब टेलिस्कोपले उक्त ग्रह खोजेको हो। यो बाह्य ग्रह पृथ्वीभन्दा ८.६ गुणा





राजनीति प्रेरित अभियोग लगाइएको बताएका छन् । जेलमा छोटो प्रक्रियामा सामेल भएपछि रिहा गरिनेबित्तिकै ट्रम्प जर्जिया राज्यबाट फर्कन विमानस्थल पुगेका थिए । त्यहाँ उनले टिप्पणी गर्दै आफू निर्दोष भएको र सन् २०२० मा वास्तवमै निर्वाचनमा हस्तक्षेप भएको दोहोऱ्याए ।

सन् २०२४ मा पुनः राष्ट्रपति निर्वाचनमा लड्न आँटेका ट्रम्पले सामना गरिरहेको यो चौथो फौजदारी मुद्दा हो । यस्तै न्युयोर्कको एउटा ज्युरीले ट्रम्पले म्यागेजिनकी लेखिका ई जिन क्यारोललाई यौन दुर्व्यवहार गरेको र त्यसबारे झुटो बोलेर उनलाई बदनाम गरेको ठहर गरेको थियो । दुई साता लामो सुनुवाइपछि करिब तीन घण्टा बहस गरेर ज्युरीले क्यारोललाई ५० लाख डलर क्षतिपूर्ति दिनुपर्ने निर्णय सुनायो । उनले लगाएको बलात्कारको गम्भीर आरोप भने अस्वीकार गरिएको थियो ।

ती लेखिकाले सन् १९९० को दशकमा ट्रम्पले आफूलाई डिपार्टमेन्ट स्टोरमा आक्रमण गरेको बताएकी थिइन् । ट्रम्पले भने पीडित भनिएकी महिला ठग भएको आरोप लगाए ।

अमेरिकाको इतिहासमा अहिलेसम्म ट्रम्पसहित तीन राष्ट्रपतिलाई महाभियोग लगाइएको छ । ट्रम्पलाई शक्तिको दुरुपयोग गरेको भन्दै सन् २०१९ मा र संसद् भवनमा दङ्गा गराएको आरोपमा सन् २०२१ म महाभियोग लगाइएको थियो । यसअघि सन् १८६८ मा एन्ड्रयु जोनसन र सन् १९९७ मा बिल क्लिन्टनले महाभियोगको सामना गरेका थिए । तर कसैलाई पनि पदबाट हटाइएन ।



ठूलो छ । यस ग्रहको वातावरणको जाँचका क्रममा मिथेन तथा कार्बन डाइअक्साइडसमेतको प्रभावयुक्त अणुको उपस्थिति पत्ता लागेको छ । जुन विशेष तत्त्व त्यहाँ पत्ता लागेको छ । त्यो यस पृथ्वीका कम्तीमा प्राणी जगत्ले मात्र उत्पादन गर्दछन् ।

नासाले आफ्नो वेबसाइटमा उल्लेख गरे अनुसार बसोबासयोग्य क्षेत्र भएको उक्त बाह्य ग्रहको वायुमण्डलीय गुणका बारेमा पहिलो जानकारी नासाको हबल स्पेस टेलिस्कोपबाट प्राप्त भएको थियो । बसोबासयोग्य चिसो क्षेत्रसमेत रहेको यो बाह्य ग्रहले केटु–१८ नामक ताराको परिक्रमा गरिरहेको छ । ■

महिनाको खेलाडी

दीपेन्द्रसिंह ऐरी (क्रिकेट खेलाडी)

१९ औँ एसियाली खेलकुद अन्तर्गत पुरुष क्रिकेटमा नेपालले मङ्गोलियाविरुद्धको खेलबाट विश्वमा सनसनी मच्चायो । त्यसको कारण थियो सो खेलमा नेपालले टी–२० संरचनाका लगभग सबैजसो विश्व कीर्तिमान आफ्नो नाममा लेखाउनु । मङ्गोलियाविरुद्ध नेपालले छ विश्व कीर्तिमान बनायो । जसमा सबभन्दा फराकिलो जित, उच्च स्कोर, तेज शतक, तेज अर्धशतक, सर्वाधिक छक्का र तेस्रो विकेटका लागि सर्वाधिक साझेदारी रहेको छ ।

त्यसमध्ये यी सबै विश्व कीर्तिमानलाई दीपेन्द्रसिंह ऐरीले छायामा पारे । दीपेन्द्रले मात्र नौ बलमा आठ छक्का र एक पटक दुई रनसहित अर्धशतक बनाएर विश्व कीर्तिमान बनाए । पहिलो छ बलमा छ छक्कापछि दुई रन र त्यसपछि दुई छक्का प्रहार गरेर दीपेन्द्रले साँच्चि नै असाधारण, अकल्पनीय पालि खेलेका थिए । दीपेन्द्रको सो पालिसँगै भारतका युवराज सिंहले १२ बलमा बनाएको अर्धशतकको विश्व कीर्तिमान भङ्ग भयो । अब दीपेन्द्रको कीर्तिमान तोड्न कठिन हुने अनुमान गरिएको छ ।

दीपेन्द्रको विश्व कीर्तिमान अमर रहने देखिन्छ । दीपेन्द्रको यो कीर्तिमान बराबरी गर्न पनि ब्याट्सम्यानले नौ बलमा नौ छक्का नै प्रहार गर्नुपर्ने हुन्छ । जसको सम्भावना न्यून छ । अझ सो कीर्तिमान बराबरी गर्न दीपेन्द्रले जस्तै क्रिजको आएको पहिलो बलदेखि नै छक्का हान्नुपर्ने हुन्छ । क्रिकेटमा क्रिजमा आउनासाथ छक्का प्रहार गर्नु निकै कठिन मानिन्छ ।

दीपेन्द्रले ५२० को स्ट्राइक रेटमा रन बनाएका थिए । दीपेन्द्रले अर्धशतकमा पुग्न सामना गरेको नौ बल यस प्रकार थियो– ६, ६, ६, ६, ६, ६, २, ६ र ६ । दीपेन्द्रको यस्तो पालि सायदै कसैले कल्पना गरेका थिए ।

२३ वर्षीय दीपेन्द्र राष्ट्रिय क्रिकेट टिमका अलराउन्डर हुन् । मिडल अर्डरमा ब्याटिङ गर्ने दीपेन्द्रको भूमिका अहिले टिममा फिनिसरको रहेको छ । ब्याटिङ गर्न उनको हात र आँखाको तालमेल निकै गजबको हुन्छ । चौका र छक्का मात्र होइन विकेटका बीचमा पनि उनी सबैभन्दा तेज दौडेर रन लिन्छन् । दीपेन्द्रको बलिङ पनि उत्तिकै स्तरीय छ । अझ दीपेन्द्रलाई नेपाली टिमको सबभन्दा उत्कृष्ट फिल्डर पनि मानिएको छ । यी गुणबाट दीपेन्द्रको नेपाली क्रिकेटमा महत्त्व थाहा हुन्छ ।

सन् २०१८ मा नेदरल्यान्ड्सविरुद्ध खेलेर दीपेन्द्रले पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय एकदिवसीय खेलको अनुभव लिएका थिए । जुन नेपालको पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय एकदिवसीय खेल पनि थियो । दीपेन्द्रको अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेटमा पदार्पण भने १७ वर्षकै उमेरमा केन्याविरुद्ध भएको हो । सो समय तत्कालीन कप्तान पारस खड्का घाइते भएपछि दीपेन्द्रले अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट खेल्ने मौका पाए । त्यसअघि दीपेन्द्रले यु–१९ विश्वकपमा पनि उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेर आफ्नो क्षमता देखाइसकेका थिए ।

यु–१९ विश्वकपमा नेपालले भारतलाई १९ रनले हराएको खेलको पनि नेपाली क्रिकेटमा निकै चर्चा गरिन्छ । भारतलाई हराउने सो टोलीको कप्तान दीपेन्द्र नै थिए । सो खेलमा उनले ८८ रन मात्र बनाएनन्, चार विकेट र दुई क्याच पनि लिएर कुशल नेतृत्व प्रदर्शन गरे । सोही खेलबाट दीपेन्द्रलाई नेपाली क्रिकेटको भविष्यका रूपमा हेरिएको थियो । क्षमता देखेर राष्ट्रिय टिममा परेको केही वषपछि नै दीपेन्द्रलाई उपकप्तानको भूमिका पनि दिइयो तर डेढ वर्षअघि तत्कालीन कप्तान ज्ञानेन्द्र मल्लसहित दीपेन्द्रले खेलाडी वर्गीकरणको विषयमा असन्तुष्टि पोखेर नेपाल क्रिकेट सङ्घ (क्यान) को आलोचना गरेपछि कारबाही बेहोर्नु पर्‍यो ।

दीपेन्द्रलाई सन् २०२२ को सेन्ट्रल कन्ट्र्याक्टमा सुरुको छ महिनामा सहभागी नगराउने निर्णय गरियो । उनको उपकप्तान पद पनि खोसियो । यद्यपि

यस कारबाहीको चौतर्फी विरोध भएपछि क्यान दीपेन्द्रलगायत अन्य तीन क्रिकेटरमाथिको कारबाही फिर्ता लिन बाध्य भएको थियो तैपनि दीपेन्द्रलाई उनको उपकप्तान पद भने दिइएन। दीपेन्द्र अहिले एक खेलाडीका रूपमा नेपाललाई जित दिलाउनमा नै खुसी छु भन्छन्।

दीपेन्द्रले अहिलेसम्म ५२ एकदिवसीय र ४७ टी–२० अन्तर्राष्ट्रिय खेल खेलेका छन्। एकदिवसीय अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा ८८९ रन बनाएका दीपेन्द्रको नाममा एक शतक र तीन अर्धशतक रहेको छ। टी–२० मा दीपेन्द्रले एक शतक र छ अर्धशतकसहित ११ सय ९३ रन बनाएका छन्।

उनी नेपालका लागि टी–२० अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा एक हजार रन पूरा गर्ने नेपालका पहिलो ब्याट्सम्यान पनि हुन्। यसै गरी दीपेन्द्रले ३६ एकदिवसीय र २४ टी–२० विकेट पनि लिएका छन्।

सुदूरपश्चिमका दीपेन्द्रले क्रिकेटको सुरुवात तेज बलरका रूपमा गरेका थिए तर ढाडको समस्याले उनी अफ स्पिनर बन्न बाध्य भए। ■

–प्रजित शाक्य



तामझाम धेरै पदक दुई



■ सोमराज पोखरेल



होङजाउस्थित लिन्पिङ स्पोर्ट्स सेन्टर जिम्न्याजियममा एरिकाले महिला ६८ केजीमाथिको तौल समूहमा रजत पदक जितेकी थिइन् ।

चीनको होङजाउमा सम्पन्न १९ औँ एसियाली खेलुकद (एसियाड) मा नेपालले दुई वटा पदक मात्रै जित्न सक्यो । सेप्टेम्बर २३ देखि अक्टोबर ८ सम्म भएको एसियाडमा नेपाललाई एक रजत र एक कांस्य पदक मात्र प्राप्त भयो ।

तर यसपालि जितेको पदक भने विशिष्ट छ । नेपालले पहिलो पटक कराँतेमा रजत पदक जित्यो भने एसियाडमा पहिलो पटक सहभागिता जनाएको महिला कबड्डी टोलीले कांस्य पदक हात पार्‍यो ।

एरिकालाई ऐतिहासिक रजत

कराँते खेलाडी एरिका गुरुङले एसियाडमा ऐतिहासिक रजत पदक जितिन्। होङजाउस्थित लिन्पिङ स्पोर्ट्स सेन्टर जिम्न्याजियममा एरिकाले महिला ६८ केजीमाथिको तौल समूहमा रजत पदक जितेकी थिइन्।

फाइनलमा एरिका काजखस्तानकी सोफ्या बेरुल्तसेभाद्वारा ३–० अङ्कले पराजित भइन्। यसअघि एरिकाले सेमिफाइनलमा हङकङकी यान काई होलाई ८–४ अङ्कले हराएकी थिइन्।

एसियाडको इतिहासमा नेपालको यो समग्रमा तेस्रो रजत पदक हो। व्यक्तिगत स्पर्धामा भने दोस्रो रजत भएको छ। यसअघि तेक्वान्दोकी सविता राजभण्डारीले सन् १९९८ को बैङ्कक एसियाडमा व्यक्तिगत स्पर्धामा रजत पदक जितेकी थिइन्। त्यस्तै जकार्तामा भएको १८ औँ एसियाडमा नेपालको पुरुष पाराग्लाइडिङ टोलीले टिम स्पर्धामा रजत जितेको थियो।

करााँतेबाट यसअघि सन् १९९४ मा जापानको हिरोसिमामा भएको एसियाडमा सीता राई, सन् १९९८ को बैङ्कक एसियाडमा समरबहादुर गोले र सन् २०१४ को इन्छन एसियाडबाट विमला तामाङले कांस्य पदक जितेका थिए।

पदक तालिका

नेपालले १९ औँ एसियाडमा २९ खेलमा सहभागिता जनायो। नेपालका दुई सय ५३ खेलाडी सहभागी भए। जसमा एक सय २७ महिला र एक सय २६ पुरुष खेलाडी थिए तर पदक भने केवल दुई वटा मात्र प्राप्त भए।

कबड्डीमा ऐतिहासिक पदक

एसियाडको महिला कबड्डीमा नेपालले कांस्य पदक जितेको छ। यो पनि नेपालको रेकर्ड नै हो। महिला कबड्डीमा पहिलो सहभागितामै नेपालले पदक जितेर रेकर्ड बनायो।

पहिलो खेलमा मङ्गोलियामाथि जित हासिल गर्दै क्वाटरफाइनलमा ठाउँ बनायो। क्वाटरफाइनलमा उत्कृष्ट प्रदर्शन गरे पनि नेपालले भारतरूपी बाधा पार गर्न सकेन।



भारतले यस खेलमा स्वर्ण, चाइनिज ताइपेईले रजत तथा नेपालसँगै इरानले पनि कांस्य पदक जिते। नेपाल समूह चरणमा बङ्गलादेशलाई ३७–२४ अङ्कले हराएको थियो। समूहको दोस्रो खेलमा इरानसँग ४३–१९ अङ्कले नेपाल पराजित भयो। नेपालले समूह उपविजेताका रूपमा सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेको थियो। सेमिफाइनलमा नेपाल भारतद्वारा ६१–१७ ले पराजित भयो।

एसियाडमा नेपाललाई पदक दिलाउने कबड्डी पाँचौँ खेल भएको छ। यसअघि करााँते, तेक्वान्दो, बक्सिङ र पाराग्लाइडिङले नेपाललाई पदक दिलाएका थिए।

यसै गरी नेपालको पुरुष क्रिकेट टिमले पदक नजिते पनि विश्वमा मन जितेको छ। नेपालले समूह चरणका दुवै खेलमा जित क्रममा नेपालले विभिन्न कीर्तिमान बनाएको थियो। दीपेन्द्रसिंह ऐरीले नौ बलमै अर्धशतक बनाएर विश्व कीर्तिमान राखे। त्यस्तै कुशल मल्लले मात्र ३४ बलमा शतक बनाएर नयाँ कीर्तिमान बनाए। टी–२० मा मङ्गोलियाविरुद्ध हासिल गरेको २७३ रनको जित पनि विश्व कीर्तिमान नै भयो।

सो खेलमा नेपालले पहिले ब्याटिङ गर्दै तीन विकेटको क्षतिमा ३१४ रन बनाएको थियो। यो पनि कीर्तिमानी योगफल हो। सो क्रममा कुशलले ५० बलमा अविजित रहँदै १३७ तथा दीपेन्द्रले १० बलमा अविजित रहँदै ५२ रन बनाएका थिए।

समूहको दोस्रो खेलमा नेपालले माल्दिभ्सलाई एक सय ३८ रनले हराउँदै समूह विजेताका रूपमा क्वाटरफाइनलमा प्रवेश गरेको थियो।



भारतमा विश्वकप क्रिकेट

१३ औँ संस्करणको एक दिवसीय विश्वकप क्रिकेट भारतमा सुरु भएको छ। असोज १८ गतेदेखि मङ्सिर ३ गतेसम्म डेढ महिना चल्ने विश्वकपमा १० टिम सहभागी रहेका छन्।

सबैले आपसमा खेलेसँगै समूहका शीर्ष चार टिम सेमिफाइनलमा पुग्ने छन्। सेमिफाइनलमा समूहको शीर्ष र चौथो स्थानको टिम तथा दोस्रो र तेस्रो स्थानको टिम भिड्ने छन्। विश्वकपमा आयोजक भारत, श्रीलङ्का, पाकिस्तान, बङ्गलादेश, अफगानिस्तान, अस्ट्रेलिया, दक्षिण अफ्रिका, न्युजिल्यान्ड, इङ्गल्यान्ड र नेदरल्यान्ड्सबीच प्रतिस्पर्धा भइरहेको छ।

होङजाउ एसियाडमा ४५ राष्ट्रका १२ हजार पाँच सय खेलाडीले कुल ४० खेलका चार सय ८१ स्पर्धामा प्रतिस्पर्धा गरेका थिए।

सधैं झैँ यसपालि पनि चीन शीर्ष स्थानमा रह्यो। चीनले २०१ स्वर्ण, १११ रजत तथा ७१ कांस्यसहित ३८३ पदक जित्यो। दोस्रो स्थानको जापानले ५२ स्वर्ण, ६७ रजत र ६९ कांस्यसहित १८८ पदक हात पार्‍यो भने तेस्रो स्थानको दक्षिण कोरियाले ४२ स्वर्ण, ५९ रजत र ८९ कांस्यसहित १९० पदक जित्यो।

दक्षिण अफ्रिकाको कीर्तिमान

श्रीलङ्कामाथि फराकिलो जित हासिल गर्ने क्रममा दक्षिण अफ्रिकाले एकदिवसीय विश्वकप क्रिकेटमा बिरलै तोडिने कीर्तिमान बनाएको छ। आफ्नो पहिलो खेलमा श्रीलङ्कामाथि १०२ रनको जित हासिल गर्ने क्रममा दक्षिण अफ्रिकाले सबैभन्दा बढी रन बनाएको सहितका कीर्तिमान बनायो।

नयाँ दिल्लीको मैदानमा दक्षिण अफ्रिकाले पाँच विकेटको क्षतिमा ४२८ रन बनायो। यो विश्वकपको सर्वाधिक स्कोर हो। त्यसै गरी एकै पालिमा तीन जनाले शतक प्रहार गरेको कीर्तिमान पनि दक्षिण अफ्रिकाले राख्यो। खेलमा रस्सी भान डर डुसेन, एडन मार्करम र क्विन्टन डी ककले शतक बनाएका थिए। डुसेनले ११० बलमा १०८, ककले ८४ बलमा १०० तथा मार्करमले ५४ बलमा १०६ रन बनाए।

मार्करमले ४९ बलमा शतक बनाएर विश्वकपमा सबैभन्दा कम बलमा शतक बनाउने कीर्तिमान आफ्नो नाममा लेखाए। ■



माइग्रेनको पीडा

शरीरलाई तत्काल ऊर्जा आवश्यक परेको खण्डमा केरा त्यसका लागि उत्तम स्रोत हुन्छ। केरालाई म्याग्नेसियमको राम्रो स्रोत मानिन्छ। टाउको दुखेका बेला शरीरलाई म्याग्नेसियम चाहिन्छ।

अम्लीयता

खाना खाएपछि एउटा ल्वाङ चपाउँदा अम्लीयता (एसिडिटी) कम गर्न मद्दत पुग्दछ।





डन्डीफोर

दानासहित रातो अङ्गुर खाएमा बुढ्यौलीका प्रारम्भिक सङ्केत रोक्न मद्दत पुग्दछ। रातो अङ्गुरमा एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ र त्यसले डन्डीफोरलाई पाक्न र बढ्न दिँदैन।



खोकी

मनतातो पानी वा चियामा ताजा कागतीको रस हालेर पिएमा घाँटीको खसखस हटाउन र खोकी कम गर्न सहयोग पुग्छ।



अल्सर

एन्टिअक्सिडेन्टले भरिपूर्ण भएकाले बेसार शरीरलाई हितकारी छ। यसले अल्सर निको पार्न मद्दत गर्छ नै आमाशयका भित्री भित्तालाई राहत प्रदान गर्दछ।



दृष्टि

गाजरमा पाइने भिटामिनहरू समग्रमा आँखाको स्वास्थ्य सुधार गर्न सहयोगी छन्। गाजरमा बिटा-क्यारोटिन हुन्छ, जसलाई शरीरले भिटामिन 'ए' मा रूपान्तरित गर्दछ। भिटामिन 'ए' आँखाको स्वास्थ्यका लागि जरुरी छ।

कलेजोको क्यान्सर



कलेजोका कतिपय क्यान्सर कलेजोबाटै सुरु हुन्छन्। कलेजोको क्यान्सर कलेजोमै सुरु हुनेलाई प्राथमिक खालको मानिन्छ भने अन्य अङ्गमा लागेको क्यान्सर फैलिएर कलेजोमा पनि असर गऱ्यो भने त्यसलाई द्वितीय प्रकारको भनिन्छ।

अधिकतर अन्यत्रबाट फैलिएर कलेजोमा असर परेर कलेजोको क्यान्सर देखिन्छ। विश्वमा कलेजोको क्यान्सर रोगीको सङ्ख्या दिनानुदिन बढ्दै छ। प्राथमिक खालको कलेजोको क्यान्सर विश्वमा छैटौं मुख्य क्यान्सर हो भने यो क्यान्सरले हुने मृत्युको चौथो कारण पनि हो। सन् २०१८ मा करिब नौ लाख मानिसलाई कलेजोको क्यान्सर भएको थियो भने यसैका कारण आठ लाख मानिसको मृत्यु भयो।

हेपाटाइटिस बी र सी को सङ्क्रमण बढी हुने गरेको क्षेत्र जस्तै एसिया र अफ्रिकाको उप–सहारा क्षेत्रमा बढी मात्रामा कलेजोको क्यान्सर हुने गरेको देखिएको छ। बढीजसो ५५ देखि ६५ वर्ष उमेर समूहका मानिस यस क्यान्सरबाट प्रभावित हुने गरेका छन्। हेपाटोसेलुलर कार्सिनोमाले पुरुषलाई बढ्ता असर गर्ने गरेको छ। बालबालिका त्यति सारो कलेजोको क्यान्सरबाट प्रभावित हुँदैनन्।

प्रकार

कलेजोको तन्तुमा आफैँ उत्पन्न हुने कलेजोको क्यान्सरलाई हेपाटोसेलुलर कार्सिनोमा भनिन्छ।



प्रा.डा. सुमनराज ताम्राकार

कलेजोका क्यान्सरमध्ये सबैभन्दा मुख्य प्रकार चाहिँ हेपाटोसेलुलर क्यान्सर हो, कलेजोमा ८० प्रतिशत यही क्यान्सर देखिन्छ।





हेपाटाइटिस बी र सीले भाइरस कलेजोको क्यान्सर (मुख्यतः हेपाटोसेलुलर क्यान्सर, आंशिक मात्रामा कोलान्जिओकार्सिनोमा पनि) उत्पन्न गर्न सक्छन् ।



यसका अतिरिक्त पित्त बाहिनी नली, कलेजोका रक्तनली वा यसका रोग प्रतिरोधात्मक कोषहरूमा पनि क्यान्सर लाग्न सक्छ । पित्त बाहिनी नलीमा हुने क्यान्सरलाई कोलान्जिओकार्सिनोमा, कलेजोका रक्तनलीमा हुने क्यान्सरलाई एन्जिओसार्कोमा र हेमान्जिओसार्कोमा, कलेजोको कोषमा उत्पन्न हुने क्यान्सरलाई हेपाटोब्लास्टोमा भनिन्छ ।

शरीरका अन्य कुनै भागमा भएको क्यान्सर रक्तसञ्चार प्रणालीमार्फत कलेजोमा आइपुग्न सक्छ र त्यस क्यान्सरले कलेजोलाई पनि असर गर्न थाल्छ । जसलाई मेटास्टाटिक क्यान्सर भनिन्छ । कलेजोका क्यान्सरमध्ये सबैभन्दा मुख्य प्रकार चाहिँ हेपाटोसेलुलर क्यान्सर हो, कलेजोमा ८० प्रतिशत यही क्यान्सर देखिन्छ ।

कारक तत्त्व

लामो समयदेखि वा अधिक मद्यपान गर्ने मानिस वा हेपाटाइटिस बी वा सीबाट प्रभावित हुने मानिसको कलेजो बिग्रिन जान्छ । जसलाई चिकित्सा भाषामा लिभर सिरोसिस भनिन्छ । कालान्तरमा यही सिरोसिस क्यान्सरमा परिणत हुन जान्छ । यसरी हेपाटाइटिस बी र सीले भाइरस कलेजोको क्यान्सर (मुख्यतः हेपाटोसेलुलर क्यान्सर, आंशिक मात्रामा कोलान्जिओकार्सिनोमा पनि) उत्पन्न गर्न सक्छन् ।

यसका अतिरिक्त कतिपय खाद्यवस्तुमा हुने एफ्लाटक्सिन, कलेजोमा बोसो जम्ने समस्या वा कलेजोमा सर्ने एक खालको परजीवी (लिभर फ्लुक) का कारणले पनि कलेजोको क्यान्सर हुन्छ । एफ्लाटक्सिन एक प्रकारको ढुसी (फङ्गस) हो । जुन बदाम, अन्न, कतिपय सागपातमा पाइन्छ । एफ्लाटक्सिनयुक्त खाद्यवस्तु व्यापारीले आफ्नो व्यापारिक फाइदाका लागि अन्य खाद्यवस्तुमा मिसावट गर्दछन् ।

यसका साथै कलेजोमा देखा पर्ने गाँठागुँठी, मोटोपना, मधुमेह, धुमपान पनि कलेजोको क्यान्सरका कारक तत्त्व हुन सक्छन् । त्यसै गरी कतिपयमा वंशाणुगत वा परिवार नियोजनका चक्की सेवनका कारण पनि यो क्यान्सर लाग्न सक्छ ।



निदान

कलेजोको क्यान्सरको निदानका लागि कलेजोसम्बन्धी रगत जाँच वा अल्ट्रासाउन्ड (भिडियो एक्सरे), सिटी स्क्यान, एमआरआई गर्नु पर्दछ। कलेजोको तन्तु निकालेर (बायोप्सी) गरेमा क्यान्सर हो वा होइन निश्चित हुन्छ। कोलान्जिओकार्सिनोमा निदानका लागि इआरसिपी भनिने पित्तनलीभित्र दूरबिन छिराई गरिने जाँच पनि गर्नुपर्ने हुन्छ।

त्यसै गरी रगतमा कलेजोका विभिन्न एन्जाइमको मात्रा एवं क्यान्सरको आशङ्कामा विभिन्न खाले 'ट्युमर मार्कर' पनि जाँचेर हेर्न सकिन्छ। अल्फाफिटोप्रोटिन, सिए १९–९, सिइए र सिए १२५ कलेजोको क्यान्सर निदानका लागि उपयुक्त यस्तै केही ट्युमर मार्कर हुन्।

रोकथाम

कलेजोको क्यान्सरका सम्भावित कारणको जानकारी भइसकेपछि यसको रोकथाम गर्न कतिपय प्रयास गर्न सकिन्छ। पूरा मात्रामा हेपाटाइटिस बीविरुद्ध खोप लगाउने, मद्यपान नगर्ने (बन्द गर्ने), एफ्लाटोक्सिनयुक्त खाद्यवस्तु नखाने, मोटोपना घटाउने, मधुमेहलाई नियन्त्रणमा राख्ने कार्य गर्नु पर्दछ।

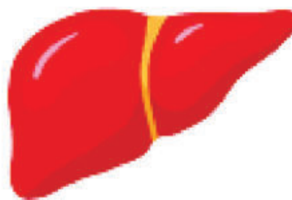
कलेजोको क्यान्सरका सम्भावित कारणको जानकारी भइसकेपछि यसको रोकथाम गर्न कतिपय प्रयास गर्न सकिन्छ।



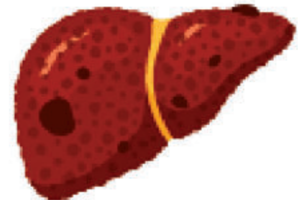
कलेजोसम्बन्धी अन्य कुनै समस्या भएका मानिसले प्रत्येक छ महिनाको अन्तरालमा अल्ट्रासाउन्ड गराउनु राख्नु बुद्धिमानी हुन्छ। त्यसो त रक्तदान गरिएको रगतमा एचआइभीका साथै हेपाटाइटिस बी र सी पनि परीक्षण गरिन्छ तर पनि रगत चढाउनु परेको खण्डमा राम्ररी जाँच गराइएको रगत मात्र प्रयोग गर्नु पर्दछ। त्यसै गरी राम्ररी निर्मलीकरण गरिएको सुई (सम्भव भएसम्म प्रत्येक पटक नयाँ सुई) प्रयोग गर्ने। लागुपदार्थ दुर्व्यसनीको हकमा यो निकै महत्त्व एवं संवेदनशील कुरा हो किनकि नसाले लट्ठिन थालेपछि यी सावधानी नअपनाइँदा नसाद्वारा लागुपदार्थ दुर्व्यसनीमा पनि कलेजोको क्यान्सरको जोखिम बढ्न जान्छ।

पछिल्लो समय नेपालमा पनि टाटु बनाउनेहरू उल्लेख बढेका छन्। टाटु बनाउने, गराउने दुवैले रगतको माध्यमबाट लाग्न सक्ने कलेजोको क्यान्सरप्रति सजग हुनु पर्दछ। त्यसै गरी कपाल काट्ने, कटाउने दुवै पनि रहनु पर्छ।

HEPATOCELLURAR CARCINOMA



healthy liver

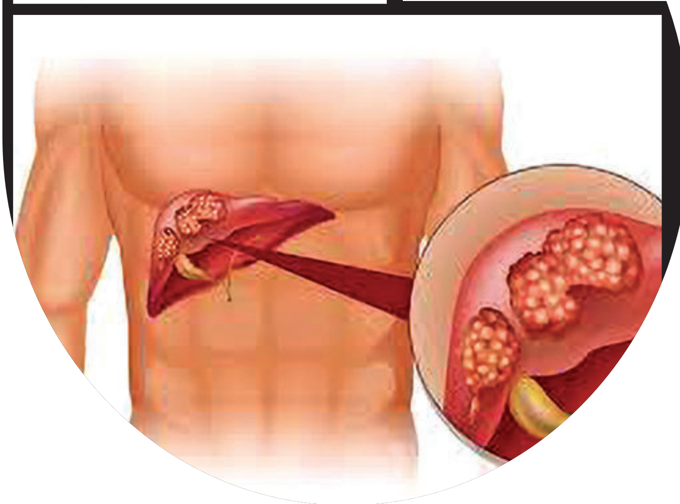


liver cancer



कलेजोको उपचारको हकमा प्रभावित भागको शल्यक्रिया, 'टार्गेट थेरापी' भनिने औषधीजन्य उपचार एवं आवश्यकता अनुसार रेडियोथेरापी गर्नु पर्दछ ।





लक्षण

कलेजोको क्यान्सर विभिन्न कारणले हुन सक्ने भएकाले यसको लक्षण पनि कारक तत्त्व वा कलेजोको पनि कुन भागमा समस्या छ सोही अनुसार फरक फरक हुन सक्छ। जस्तै कोलान्जिओकार्सिनोमा कलेजोको क्यान्सरमा पसिना आउने, जन्डिस देखा पर्ने, पेट दुख्ने, शारीरिक तौल घट्ने, कलेजो सुन्निने हुन्छ। हेपाटोसेलुलर कार्सिनोमा क्यान्सरमा माथिल्लो पेटमा डल्लो देखा पर्ने, पेट दुख्ने, वाकवाकी लाग्ने, उल्टी हुने, ढाड दुख्ने, जन्डिस देखा पर्ने, जिउ चिलाउने, शारीरिक तौल घट्ने, ज्वरो आउने हुन्छ।

उपचार

कलेजोको उपचारको हकमा प्रभावित भागको शल्यक्रिया, 'टार्गेट थेरापी' भनिने औषधीजन्य उपचार एवं आवश्यकता अनुसार रेडियोथेरापी गर्नु पर्दछ। कतिपय मामिलामा 'एब्लेसन थेरापी' (प्रभावित भाग डढाइदिने), 'इम्बोलाइजेसन थेरापी' (प्रभावित भागमा रगत प्रवाह गर्ने रक्तनली बन्द गरिदिने) गरिन्छ भने पछिल्लो समय लिभर ट्रान्सप्लान्ट गर्ने कार्य पनि बढ्दो छ।

अन्त्यमा

नेपालमा नसाद्वारा लागुपदार्थ लिने, टाटु बनाउने, भोजभतेरमा रक्सी सेवन गर्ने एवं नेपालीमा पनि मोटोपना बढ्दै गएका कारण कलेजोको क्यान्सरको जोखिम बढ्दो छ। ■

युवा उद्यमीका कथा

जो अमेजनमा नेपाली चिया बेचिरहेछन्



■ विश्वास रेग्मी



ठमेलको सातघुम्तीबाट देब्रे लागेर दोस्रो मोडमा पुगेपछि चर्चित काठमाडौँ गेस्ट हाउसको उत्तरतर्फको प्रवेशद्वारमा पुगिन्छ। त्यहीँ द्वारबाट भित्र पसेपछि देखिन्छ, होटलको फराकिलो बगैँचा। साँघुरो र भिडभाडयुक्त ठमेलमा त्यति फराकिलो बगैँचाले खुलापनको महसुस गराउँछ। बगैँचा छेउ हुँदै होटलको मुख्य भवन प्रवेश गर्नुअघि लबिको देब्रेपट्टि एउटा चिया पसल देखिन्छ।

'नेपाल टी कलेक्टिभ' नाम दिइएको त्यो चिया पसलले होटलको सो क्षेत्र प्रयोग गरेको मात्र हो, होटलकै हिस्सा भने होइन। ठमेलको पहिचान बनेको काठमाडौँ गेस्ट हाउसले नै आफ्नो ठाउँ प्रयोग गर्न दिएको यो चिया पसललाई सामान्य ठान्नु हुँदैन।

अमेरिका र बेलायतमा उच्च शिक्षा अध्ययन गरेका तीन उत्साही युवाको ऊर्जाले भरिएको नेपाल टी कलेक्टिभ वास्तवमा चिया पसल मात्र पनि होइन। चियाको प्रशस्त उत्पादन हुने भए पनि पहिचानविहीन हुन पुगेको देशको पहिचान खोजी गरिरहेको ब्रान्ड

नेपालबाट चिया अमेरिका लैजाने र त्यहाँ थोकमा बिक्री गर्दै गर्दा यो त्रय जोडीलाई आम्दानी त भइरहेको थियो तर भित्रभित्र सन्तुष्टि भने दिएको थिएन।

हो– नेपाल टी कलेक्टिभ ।

नयाँ नयाँ व्यापार र उद्यममा रुचि राख्ने युवा निश्चल बाँस्कोटा, अमिगो खड्का र प्रतीक रिजालले नेपालमा चियाको सम्भावना देखेर पाँच/छ वर्षयता नेपालबाट अमेरिकामा चिया बेचिरहेका छन् । त्यसो त चियाको उत्पादन र उद्यममा संलग्न बाँस्कोटका दोस्रो पुस्ताका हुन् भने प्रतीक तेस्रो पुस्ताका ।

नेपालबाट चिया अमेरिका लैजाने र त्यहाँ थोकमा बिक्री गर्दै गर्दा यो त्रय जोडीलाई आम्दानी त भइरहेको थियो तर भित्रभित्र सन्तुष्टि भने दिएको थिएन । बोरामा लगेर आफूले बिक्री गर्ने चिया अरू नै देशको नाममा धेरै मूल्यमा बिक्री भएको देखेपछि यी तीनैको चित्तमा लाग्यो । त्यही दृश्यले यी तीनको काम गर्ने तरिका मात्र बदलेन एउटा अठोट पनि जन्मायो । त्यस्तो अठोट जसले आम्दानीसँगै देशको ब्रान्ड पनि विस्तार गरोस् । नेपाल टी कलेक्टिभ त्यही अठोटको परिणाम हो ।

चियाको ब्रान्ड बने पनि विदेशमा माग हुने चियाको स्वाद र त्यसको प्याकेजिङमा भने धेरै काम गर्नुपर्ने भयो । त्यसमाथि पछिल्लो समय चियाको पत्तिको गुणस्तर खस्किइरहेका कारण त्यसले आफ्नो अठोट र योजनामा समस्या ल्याउन सक्ने आशङ्का यो समूहलाई थियो । यी र यस्तै परिस्थितिबीच उनीहरूले नेपालका चिया फार्म भ्रमण गरे, त्यसको उत्पादनको तरिका हेरे । अर्गानिक चिया फार्म उनीहरूको रोजाइमा थियो । चिया उत्पादनमा पुस्तैनी संलग्नता र आफैँमा पनि खाद्य गुणस्तरको विद्यार्थी रहेका बाँस्कोटा र प्रतीकको अनुभव यसमा काम लाग्यो । त्यसमाथि बजार व्यवस्थापनको राम्रो ज्ञान हासिल गरेका खड्काको ज्ञानको तालमेलले उपयुक्त चिया फार्म छनोट गर्न सहयोग पुग्यो ।

आफ्नै किसिमको अनुसन्धानपछि नेपाल टी कलेक्टिभ ब्रान्डमा बिक्री हुने





चिया उत्पादनमा पुस्तैनी संलग्नता र आफैँमा पनि खाद्य गुणस्तरको विद्यार्थी रहेका बाँस्कोटा र प्रतीकको अनुभव यसमा काम लाग्यो । त्यसमाथि बजार व्यवस्थापनको राम्रो ज्ञान हासिल गरेका खड्काको ज्ञानको तालमेलले उपयुक्त चिया फार्म छनोट गर्न सहयोग पुग्यो ।

चियाको पत्ति उत्पादन गर्न सात/आठ वटा चिया फार्म छनोट भयो । "हामीले खोजेको गुणस्तरमा चिया उत्पादन गर्ने शर्तमा फार्म छनोट गर्यौं," खड्का भन्छन् ।

यसले चियाको गुणस्तरमा एकरूपता दिन सहयोग गरेको दुवैको बुझाइ छ । चियाकै स्वादलाई फरकपन दिने प्रयत्नमा पनि उनीहरूका लागि यस्तो छनोट काममा आयो । चियाको गुणस्तरमा जति सचेत यो टिम थियो त्यत्तिकै सचेत थियो प्याकेजिङमा पनि । किनकि तीनै जनालाई थाहा थियो उत्कृष्ट प्याकेजिङमा मात्र सही मूल्य पाउन सकिन्छ । प्याकेजिङका लागि उत्कृष्ट अभ्यासको प्रयोग गर्दै जाँदा त्यसमा पनि नेपाली उत्पादनकै प्रयोगलाई समावेश गरियो । यसले चियाको सम्पूर्ण उत्पादनमा नेपाली शैली पनि प्रवर्धन गर्‍यो ।

चियाको पत्ति तयार भयो, प्याकेजिङ पनि सोचेजस्तै बन्यो, अब बाँकी थियो बजार । बजार त यो समूहले पाँच/छ वर्षअघि अमेरिकामा थोकमा चिया बेच्दा नै देखिसकेको थियो । गुणस्तर र प्याकेजिङमा उनीहरूले गरेको मेहनतले त्यहाँका मार्टमा स्थान पायो तर त्यसरी मात्र बिक्री गरेर उनीहरूलाई पुगेको थिएन । आफ्नो सही ग्राहकसम्म पुगोस् भन्ने उनीहरूको चाहना थियो । त्यसैले रेस्टुराँदेखि सम्भावित अन्य ठाउँमा पनि आफ्नो ब्रान्डको चिया बिक्रीको प्रयत्न गरियो ।

स्वादमा पाएको सकारात्मक प्रतिक्रियाले हौसिएको समूहले यसलाई

अझ ठूलो बजारमा विस्तार गर्न विश्वको सबैभन्दा ठूलो र चर्चित अनलाइन व्यापार प्लेटफर्म अमेजनबाट पनि यसलाई बिक्री गर्न थाल्यो। अमेजनमा एउटा प्याकेटको १३ हजार रुपियाँ (सय डलर) सम्म पर्ने चिया उनीहरूले बेचिरहेका छन्। अहिले अमेजनबाट राम्रो माग पनि आइरहेको उनीहरूको भनाइ छ।



अमेरिकामा मात्रै अहिले दस हजारभन्दा बढी ग्राहक भइसकेको उनीहरूको दाबी छ। अहिलेसम्म चियासँग सम्बन्धित १२ वटा अवार्ड पनि हासिल गरिसकेको उनीहरू सगौरव सुनाउँछन्। नेपाली चियाले नाम र पहिचान नपाएको चिन्ताबाट हुर्किएको अठोटले अमेरिकाकै चियासम्बन्धी प्रतिष्ठित अवार्डहरू पाउनु आफ्ना लागि अत्यन्त ठूलो हौसला भएको रिजालले बताए।

आफूले चिया उत्पादन गराइरहेका नेपालस्थित फार्ममै ल्याएर चिया उत्पादनको सम्पूर्ण प्रक्रियादेखि सोही ठाउँमा 'टी टेस्टिङ' गराउने, नेपाली खाना तथा संस्कृतिको प्रवर्धन गराउने र चिया फार्ममै खाने बस्ने सुविधा पनि उनीहरूले उपलब्ध गराएका छन्।

चियासम्बन्धी विश्वका चर्चित विज्ञले दिएको सकारात्मक प्रतिक्रियाले पनि यो क्षेत्रमा धेरै गर्न सकिन्छ भन्ने सम्भावना देखाएको उनको भनाइ छ। त्यही सम्भावनालाई उजागर गर्न उनीहरूले चिया उत्पादनसँगै पर्यटनलाई पनि जोड्ने प्रयास सुरु गरेका छन्। आफूले चिया उत्पादन गराइरहेका नेपालस्थित फार्ममै ल्याएर चिया उत्पादनको सम्पूर्ण प्रक्रियादेखि सोही ठाउँमा 'टी टेस्टिङ' गराउने, नेपाली खाना तथा संस्कृतिको प्रवर्धन गराउने र चिया फार्ममै खाने बस्ने सुविधा पनि उनीहरूले उपलब्ध गराएका छन्।

विश्वभर टी टेस्टिङ पर्यटन फस्टाइरहेको प्रवृत्तिलाई बुझेर नेपालमा चिया पर्यटनलाई पनि प्रवर्धन गर्न यस्तो काम पनि सुरु गरेको उनीहरूको भनाइ छ। "अहिलेसम्म २६ जना त्यस्ता पर्यटक ल्याइसकेका छौँ," रिजालले भने, "यस किसिमका पर्यटक लामो समय पनि बस्ने भएकाले उनीहरू नेपालमा सबैभन्दा धेरै खर्चालु पर्यटक बन्न सक्छन्।"

बाँस्कोटा, खड्का र रिजालको जोडीले चिया मात्र बेचिरहेको छैन। त्यसबाट आउने नाफालाई त्यसको उत्पादनको प्रक्रियामा जोडिनेसम्म वितरण पनि गरिरहेको छ। आफ्नो समग्र नाफाको एक प्रतिशत चिया बगानमा चिया टिप्ने श्रमिकलाई वितरण गरिरहेको जानकारी उनीहरूले दिए। यसले श्रमको सम्मान पनि हुने र आर्थिक उत्थानमा पनि सहयोग पुग्ने रिजालको बुझाइ छ।

नेपाल टी कलेक्टिभको सुरुवातपछि मुख्य दुई वटा सफलता हात परेको यो समूहको बुझाइ छ। पहिलो त नेपाली चियाले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पहिचान पाउन थालेको छ। दोस्रो चिया उत्पादनदेखि त्यसको बिक्री प्रक्रियासम्म सामेल हुने छ/सात वटा तह घटेको छ। यसले चियाको गुणस्तर कायम मात्र गरेको छैन त्यसबाट हुने आम्दानीको केही प्रतिफल फेरि त्यसको प्रक्रियामा सामेल हुनेलाई समेत प्राप्त भएको छ।

ठमेलको काठमाडौँ गेस्ट हाउसमा रहेको नेपाल टी कलेक्टिभ नामको चिया पसल नेपाली ग्राहकलाई समेत ध्यानमा राखेर खोलिएको उनीहरू बताउँछन्। त्यहाँ जाने हरकोहीले नयाँ नयाँ किसिमको चियाको स्वाद पाउँछन्, चिया खाने तरिका सिक्छन्, नाकले पत्तिको बास्ना लिने अनि गिलासमा रहेको चिया सुर्काउने। नेपालीले खासै प्रयोग नगर्ने चिया खाने यस्तो विधि पनि त्यहाँ पुग्नेलाई नयाँ अनुभव बन्न सक्छ तर नेपालीको बानी बनेको दुध चिया भने नेपाल टी कलेक्टिभमा उपलब्ध छैन। ■

भाषा ज्ञान

ओल्चिनु :	कसैलाई हेपेर, होच्याएर कुरा गर्नु ।
ओराल :	ओडार, गुफा ।
कटेहर :	थारू जातिमा प्रचलित रोइला ढाँचाको नाच, कठौरिया, कठघोरी ।
कटि :	नितम्बमाथि दुवै कोखामुनिको शारीरिक अवयव ।
क्षीरनीर :	दुध र पानी ।
क्षपण :	नाङ्गै बस्ने जैन साधु ।
टाकुलो :	टाउको नढाकिएको ।
टान :	कठिन, सारो ।
ढक्सा :	माछा समाउने बाँसको पासो ।
ढलैत :	ढाल बाँधेको सिपाही ।
दगलो :	अधकल्चो, अधुरो ।
दना :	अन्नका गेडा, दाना ।
दोवात :	मसी राखिने भाँडो ।
दोलनी :	पङ्खा ।
ध्यामा :	कडा परिश्रम ।
ध्यउडा :	धमिरो ।
निदुली :	निद्रा, निदरी ।
निठल्लु :	इलम नभएको ।
निठौर :	गलत ठाउँ ।

Thread	धागो ।
Delighted	प्रसन्न ।
Gigantic	धेरै विशाल ।
Assets	सम्पत्ति ।
Splendor	वैभव ।
Slavery	दासत्व ।
Moist	गिलो ।
Sour	अमिलो ।
Freak	सनकी ।
Gaga	वाहियात ।
Sensible	समझदार ।
Admire	सराहना गर्नु ।
Imitate	नक्कल गर्नु ।
Wicked	दुष्ट ।
Shit	सत्यानाश ।
Flatter	चापलुसी गर्नु ।
Obsession	धुन ।
Perhaps	सम्भवतः ।
Confess	स्वीकार गर्नु ।
Equate	समानता ।
Vowel	स्वर ।
Govern	शासन ।

$5 + 4 = 45$

$7 + 6 = 91$

$9 + 8 = 153$

$8 + 7 = ?$


Whine

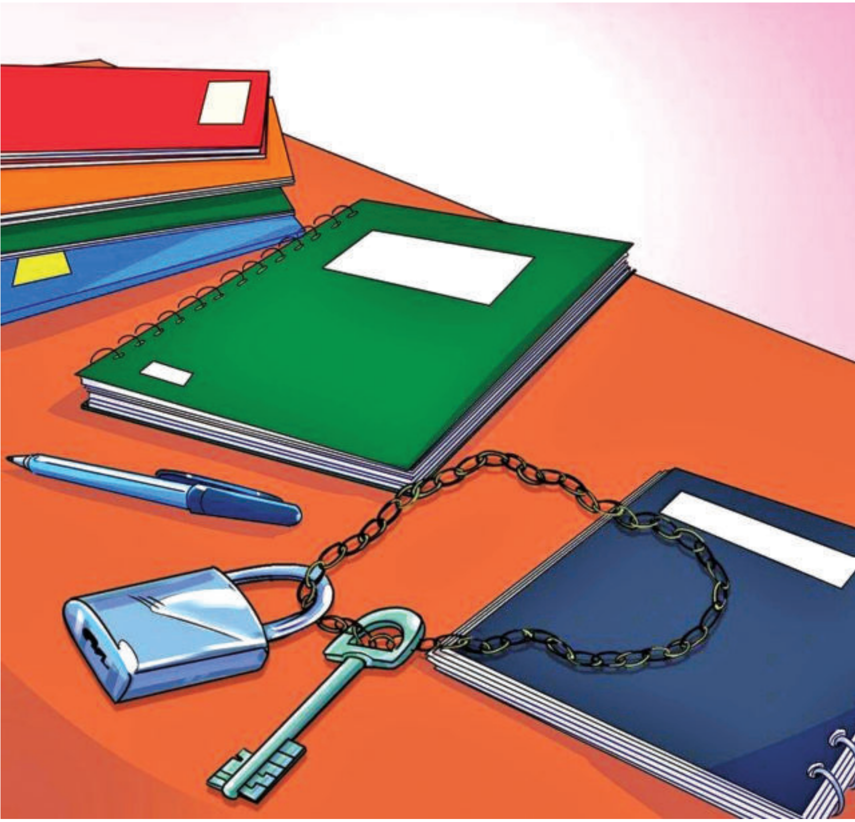

Wine


Brake


Break

ब्रेन गेम

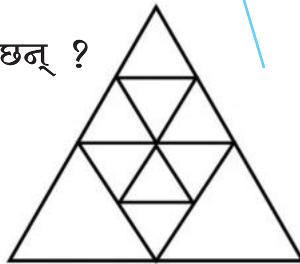
यस चित्रमा गल्ती खोज्नुस् ।



प्रश्न

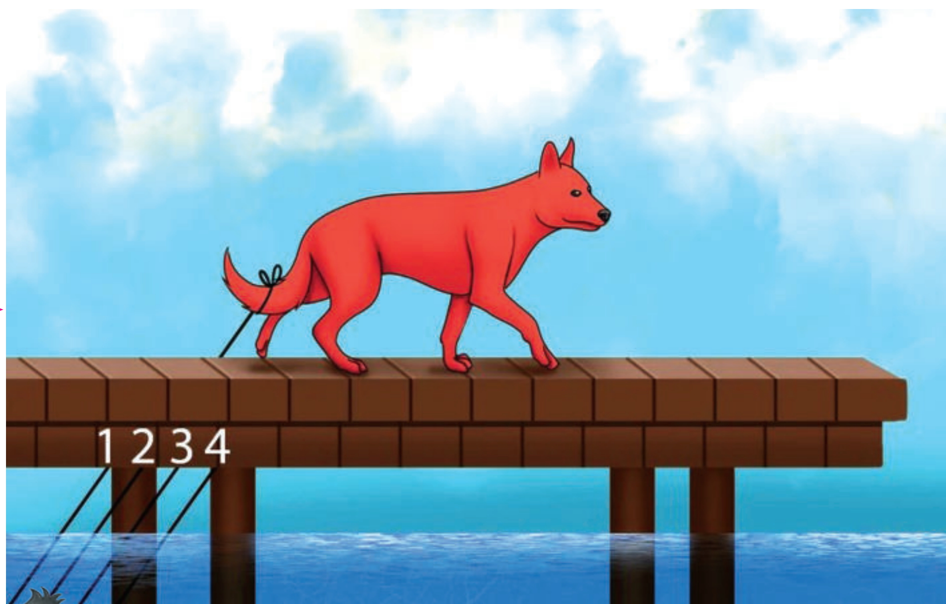
एउटा २५० मिटर लामो ट्रेन एक पर्खाललाई १८ सेकेन्डमा पार गर्छ भने त्यस ट्रेनको गति कति होला ?

कति वटा त्रिकोण छन् ?



विकास महेशभन्दा जेठो, गोपाल विकासभन्दा जेठो । जबकि भोला गोपालभन्दा कान्छो तर महेशभन्दा जेठो छन् भने सबैभन्दा कान्छो को हो ?

उत्तर यसै अङ्कमा





यस चित्रमा कुकुरलाई बाँधिएको डोरी कुन हो ।



यस चित्रमा कति नम्बरको बोतल पहिले भरिन्छ पत्ता लगाउनुहोस् ?

परिणामहरू

अङ्कजाल प्रतियोगिता, कातिक-२०८०

नियमहरू :

१. अङ्कजाल भर्न खाली कोठाहरूमा १ देखि ९ अङ्कसम्म भर्नुपर्नेछ ।

२. प्रत्येक ठाडो लहर र तेर्सो लहरमा १ देखि ९ अङ्कसम्म भर्नुपर्नेछ ।

३. अङ्कजालमा ३×३ का नौवटा वर्ग रहेका छन् । ३×३ को प्रत्येक वर्गमा पनि १ देखि ९ अङ्कसम्म नदोहोर्‍याई भर्नुपर्नेछ ।

४. समाधान २०८० मङ्सिर १५ सम्ममा 'युवामञ्च' को कार्यालयमा आइपुगिसक्नुपर्नेछ ।

५. अङ्कजाल भरेर पठाउँदा यसै पत्रिकाको कटिङ पठाउनुपर्नेछ । केरमेट र अस्पष्ट समाधानलाई प्रतियोगितामा सहभागी गराइने छैन ।

६. सही समाधान पठाउने दुई जनालाई सात-सात सय रुपियाँ पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको छ । दुईभन्दा बढीले सही समाधान पठाएमा गोलाप्रथाद्वारा विजयीको छनोट गरिनेछ ।

७. नतिजासम्बन्धी युवामञ्चको निर्णय नै अन्तिम निर्णय हुनेछ ।

	१		४	९	७		३	
	२						९	
३								८
१	४		७		९		८	६
७				२				४
८	५		६		४		१	२
५								९
	७						४	
	६		१	७	८		२	

नाम : ....

ठेगाना : ....

सामान्यज्ञान भदौ अङ्कको उत्तर

समूह क : १. दोलखा २. नेपाल ३. भारत

समूह ख : १. कजाकिस्तान २. अथर्ववेद ३. चीन

समूह ग : १. अफ्रिका २. प्लुटोनियम ३. इरान

समूह घ : १. घलेगाउँ २. मार्सल आइल्यान्ड ३. अस्ट्रेलिया

समूह ङ : १. श्री गर्जेज (चीन) २. इन्टिग्रेटेड इलेक्ट्रोनिक्स ३. वातावरण व्यवस्थापन

समूह च : १. हेरिटेज स्मोक युनिट २. पाटन कृष्ण मन्दिर ३. आनिक

समूह छ : १. एचआइभी एड्स २. जुद्धशमशेर ३. इसावेल पेरोन, अर्जेन्टिना

अङ्कजाल भदौ अङ्कको उत्तर

४	६	३	९	८	२	७	५	१
७	५	१	३	६	४	८	९	२
८	९	२	१	७	५	४	६	३
१	२	५	६	४	९	३	७	८
९	७	८	२	१	३	६	४	५
६	३	४	८	५	७	२	१	९
३	४	९	७	२	१	५	८	६
५	१	६	४	३	८	९	२	७
२	८	७	५	९	६	१	३	४

गोलाप्रथाद्वारा विजयी

राजेन्द्र महर्जन, खुसिबुँ नयाँबजार
हरिबहादुर थापा, पोखरा–२१ कास्की

सही जवाफ पठाउने सहभागी :

सुनील उपाध्याय, काठमाडौँ, असीम श्रेष्ठ चिसापानी रामेछाप, कृष्णचन्द्र गौतम, सुखीपुर सिराहा, मदनमोहनलाल श्रेष्ठ,घट्टेकुलो काठमाडौँ, ई. रोहितमान मास्के, ठमेल काठमाडौँ, खेमराज घिमिरे कामनपा–९, प्रशान्त ताम्राकार, पनौती, नारायण लघु भक्तपुर, उमेशकुमर मास्के, विराटनगर, रघुवर श्रेष्ठ, काठमाडौँ, निर्मला निरौला विराटनगर, खगेन्द्र नाथ, महेन्द्रनगर, दिवस भट्टराई, काठमाडौँ, विजयराज पन्त, बैतडी, कुमारी निर्मला गिरी, कञ्चनपुर, शिला श्रेष्ठ कुलेश्वर काठमाडौँ, रामप्रसाद उप्रेती, जोरपाटी काठमाडौँ, रत्न शाक्य पुल्चोक ललितपुर, असीम अधिकारी, कीर्तिपुर, विपिनचन्द्र गिरी, झापा, धनबहादुर पौडेल काठमाडौँ, करुणा घिमिरे बत्तीसपुतली काठमाडौँ, रमेश मानन्धर झोंछे काठमाडौँ, दीक्षा शर्मा, फर्पिङ काठमाडौँ, दिनेशराज पौडेल बालाजु काठमाडौँ, रमिता शाक्य, कलङ्की काठमाडौँ, रोजन चालिसे लालबन्दी, सर्लाही, बुद्धिमान श्रेष्ठ, कुमारीमार्ग त्रिपुरेश्वर काठमाडौँ, प्रविना वज्राचार्य लगन काठमाडौँ, बुद्धिबहादुर दुरा, लमजुङ, आलोककुमार तिवारी, वीरगन्ज पर्सा, अभियान बराल, काँडाघारी काठमाडौँ ।

भदौ अङ्कको कोठेपद

गोला प्रथाद्वारा विजयी

विपिनचन्द्र गिरी, शिवसताक्षी–१ झापा
पार्वती श्रेष्ठ, मन्थली–८ रामेछाप

सही उत्तर मिलाउने अन्य सहभागी

सुनील उपाध्याय, काठमाडौँ, रत्न शाक्य पुल्चोक ललितपुर, मदनमोहनलाल श्रेष्ठ घट्टेकुलो काठमाडौँ, निर्मला श्रेष्ठ विराटनगर, कल्पना रावल बर्दिया, ई. रोहितमान मास्के ठमेल काठमाडौँ, अर्पणा प्रधान (मास्के) ठमेल काठमाडौँ, रोजन चालिसे लालबन्दी सर्लाही, नारायण लघु भक्तपुर, वसन्त ताम्राकार पनौती काभ्रे ।

सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता भदौको परिणाम

	नाम	ठेगाना	प्राप्त अङ्क
विजेता	रत्न शाक्य	पुल्चोक, ललितपुर	१००
	नवीन थापा	असन, काठमाडौँ	१००
	उपासना थापा	सेन्ट जेभियर स्कुल, ललितपुर	१००
४	रोजन चालिसे	लालबन्दी, सर्लाही	१००
५	मदनमोहनलाल श्रेष्ठ	घट्टेकुलो, काठमाडौँ	१००
६	तोयनाथ पन्त	महेन्द्रनगर	१००
७	उमेश थापा	प्राइम बैङ्क, काठमाडौँ	१००
८	चण्डेश्वरी श्रेष्ठ	बनेपा	१००
९	कसम घिमिरे	भरतपुर–२१, चितवन	९८
१०	खगेन्द्र नाथ	महेन्द्रनगर	९७

◆ निर्मल

युवामञ्च कोठेपद प्रतियोगिता, कात्तिक-२०८०

१		२	■	३		४	■	५
	■	६			■	७		
८	९		■	१०			■	
■		■	११		■	१२		
१३	■	१४		■	१५		■	
१६			■	१७		■	१८	■
	■	१९			■	२०		२१
२२			■	२३			■	
	■	२४			■	२५		

सहभागिताका नियम

१. समाधानसहितको कुपन २०८० मङ्सिर १५ भित्र आइपुग्नुपर्नेछ ।
२. समाधान माथिको कुपनमै पूरा नाम र ठेगाना भरेर पठाइएको हुनुपर्नेछ ।
३. केरमेट गरिएका समाधानलाई प्रतियोगितामा समावेश गरिने छैन ।
४. सही समाधान पठाउने दुई जनालाई सात-सात सय रुपियाँ पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको छ। दुईभन्दा बढी व्यक्तिले सही समाधान पठाएमा गोलाप्रथाद्वारा विजयीको छनोट गरिनेछ ।
५. नतिजासम्बन्धी युवामञ्चको निर्णय नै अन्तिम निर्णय हुनेछ ।

नाम : ....

ठेगाना : ....

....

ठाडो :

१. दोधार, यसो गरौँ कि उसो गरौँ भन्ने अन्योल
२. नमस्कार, निहुरिने काम
३. घर घरमा चिठी पुऱ्याउने व्यक्ति, हुलाकको कर्मचारी
४. योजना तयार गर्ने व्यक्ति
५. हटाउने काम, समस्याबाट मुक्त गर्ने काम, निवारण
९. उताको विपरीतार्थक शब्द
११. वंश, खलक
१३. कसैसित माफी वा क्षमा माग्ने काम
१४. नाथ सम्प्रदायका एक प्रसिद्ध योगी
१५. आडम्बर, फुर्ती, रवाफ
१७. अपराधीका हात बाँधिने गरी लगाइने फलामे साङ्लो
१८. अर्थ, मतलब
२०. एकथरी फल
२१. ज्योतिषशास्त्र अनुसार बाह्र राशिमध्ये एक

तेर्सो

१. दुई नदीको सङ्गम
३. '..... गोबरले लिपेको, लक्ष्मीपूजा गरेको, हे औँसीको बारो, गाईतिहारो भैलो' पङ्क्तिमा खाली ठाउँमा हुनुपर्ने शब्द
६. ठूलो घर, हवेली
७. दसैँका बेला जौ छरेर उमारिएका आँकुरा
८. आँखा
१०. इच्छा
११. बोली, भाषा, बात
१२. हिम्मतहारा, डरछेरुवा
१४. अँगार, कोइला
१५. खुकुरी आदि हतियारमा काट्नेतिरको तिखो भाग
१६. बिहामा दुलाहा र दुलहीले एक अर्कालाई खुवाउने घिउ, मह आदि मिसाइएको वस्तु, मधुपर्क
१७. अधिकार
१९. सामान बिक्ने काम/सामानको उपयोग वा उपभोग
२०. एकभन्दा बढी, धेरै
२२. खाजा, नास्ता
२३. कुनै विषयमा उब्जिने मनको भावना/मनगढन्त
२४. ताली
२५. अन्तरिक्षमा प्रक्षेपण गरिने विशेष यान/क्षेप्यास्त्र

कोठेपद प्रतियोगिता, भदौ अङ्कको उत्तर

१प्र	सा	२द	■	३भो	स	४म	■	५मा
वा	■	६ख	लाँ	ती	■	७र	छा	न
स	९फ	ल	■	१०शा	व	ण	■	सि
■	क्लो	■	११धा	म	■	१२शी	र्ष	क
१३अ	■	१४दा	उ	■	१५च	ल	■	ता
१६बि	ली	न	■	१७प	क्क	■	१८आ	■
वा	■	१९दाँ	दु	र	■	२०कु	मा	२१र
२२हि	म्म	त	■	२३जि	ज्ञा	सु	■	सु
ता	■	२४ठ्य	ती	त	■	२५म	ले	वा

तपाईंको प्रश्न

ज्यो. हरिप्रसाद पौडेलको उत्तर

नाम : नयन बटाला
ठेगाना : ललितपुर
जन्ममिति : २०७९ चैत ३० गते बिहीबार
समय : राति २:५९ बजे (बिहान)

मेरो छोराको नाम नक्षत्र, राशि, भाग्य, भविष्य, कर्म, आयु एवं आरोग्य के कस्तो छ ? कृपया बताइदिनुहुन अनुरोध गर्दछु ।

तपाईंको छोराको जन्म पूर्वाषाढा नक्षत्रको तेस्रो चरण अन्तर्गत पर्न गएकाले राशिको नामाक्षर फबाट पर्ने भएकाले फाल्गुनीकुमार यस्तो नाम निस्कन्छ भने जन्मराशि धनु पर्दछ । चिनामा ग्रहस्थिति राम्रा देखिन्छन् । शारीरिक आरोग्यताका साथै दीर्घायुको योग रहेको छ । मातापिताको आज्ञाकारी सन्तानको भूमिका निभाउने देखिन्छ । विद्या बुद्धि राम्रो छ । भाग्य बलियो लिएर आएकाले भविष्य सुखमय देखिन्छ । चिनामा गजकेशरी योग पर्न गएकाले भविष्यमा विद्यामा उच्च सफलता, असल शीलस्वभावका साथै राष्ट्सेवक, स्वाभिमानी व्यक्तिका रूपमा आफूलाई चिनाउने देखिन्छ । वर्तमान समयमा सिद्वा र शुक्रको दशा सँगसँगै चलेकाले आठ वर्षसम्मका लागि स्वामियोग पर्न गएको छ, जसले गर्दा सामान्य स्वास्थ्यमा केही झमेला आइपर्ने छन् । त्यसको स्वस्तिशान्ति गराएमा दोष निवारण भएर जाने छ ।

नाम : प्रमोद अधिकारी
जन्म स्थान : बालुवाटार, काठमाडौँ
जन्म मिति : २०५३।०२।८
जन्म समय : बिहान ०४:०६ बजे

कृपया मेरो भाग्य, भविष्य, विद्याका साथै वर्तमान ग्रहदशा के कस्तो छ बताइदिनुभए आभारी हुने थिएँ ।

प्रमोदजी ज्योतिषशास्त्र अनुसार तपाईंको जन्मकुण्डलीका ग्रहस्थिति प्रबल रहेकाले भविष्यमा उच्च सफलता प्राप्त गर्ने सम्भावना रहेको देखिन्छ । वर्तमान समय नै उज्वल भविष्यको आधार हो तसर्थ उचित मेहनत र परिश्रमका साथ लगनशील भएर काम गरेमा भविष्यमा धेरै राम्रो सफलता मिल्ने योग रहेको छ । चरित्रवान् इमानदार देशभक्त बन्ने ग्रहयोगसमेत चिनामा पर्न गएको छ । भाग्य बलियो रहेकाले आँटेको काममा सफलता मिल्ने छ । परिवार तथा इष्टमित्रसँगको सम्बन्ध राम्रो देखिन्छ । हाल उल्का र शनिको दशा चलेकाले २९ वर्षसम्मका लागि सफलता प्राप्त गर्न धेरै परिश्रम गर्नुपर्ने समय रहेको छ । साथै साथीसङ्गतमा विचार गर्नुपर्ने देखिएको छ ।

नाम : रमा अधिकारी
जन्म स्थान : चितवन, भरतपुर
जन्म मिति : २०५४।०८।३
जन्म समय : बेलुकी ७:१९ बजे

कृपया मेरो भाग्य, भविष्य, पारिवारिक सुख, आर्थिक प्रगति, वैदेशिक यात्रा के कस्तो देखिन्छ ? कृपया बताइदिनुहुन अनुरोध गर्दछु । साथै शुभ बार र अङ्क के होला ?

तपाईंको जन्मकुण्डलीका ग्रहयोग राम्रै देखिए पनि वर्तमान समय भने त्यति राम्रो छैन । सङ्कटाको दशाका कारण सोचेका काममा अनावश्यक बाधाअड्चनको सामना गर्नुपर्ने समय रहेको छ । अनावश्यक विवादमा समेत पार्ने देखिएकाले बोलीचालीमा विचार पुर्‍याउनुपर्ने छ । साथीसङ्गतमा विचार गर्नुपर्ने देखिन्छ । यात्रा एवं सवारी चलाउँदा विशेष सावधानी अपनाउनुपर्ने समय रहेको छ । पढाइमा बाधाअड्चन देखिएकाले सोचे अनुसारको सफलता पाउन मुस्किल छ । सफलताका लागि केही बढी नै लगनशील र परिश्रम गर्नुपर्ने समय चलेको छ । नोकरी एवं वैदेशिक यात्राका लागि समेत ३१ वर्ष उप्रान्तको समय राम्रो देखिन्छ । भाग्य बलियो रहेकाले जीवनमा आर्थिक सङ्कट पर्दैन । माङ्गलिक योग रहेकाले विवाह गर्दा चिना मिलाएर गर्न सल्लाह दिन्छु । चर लग्न भएकाले विदेशमा भाग्योदयको योग छ । तपाईंका लागि ५ र ९ अङ्क बिहीबार र पहेँलो रङ विशेष लाभदायी हुने छन् ।

नाम : आकाश सिलवाल
ठेगाना : गौरीघाट, काठमाडौँ
जन्म मिति : २०५१।०२।५
जन्म समय : बेलुका ४:४ बजे

मेरो वर्तमान समयका ग्रहदशा, विद्या, भाग्य र भविष्यका साथै आर्थिक सफलताको योग के कस्तो रहेको छ कृपया बताइदिनुभए आभारी हुने थिएँ ।

वर्तमान समयमा चलेको सङ्कटा दशाका कारण पढाइमा बाधाअड्चन आइपरेका छन् । सोचेका योजनामा ढिलासुस्तीका साथै अनावश्यक बाधाअड्चनसमेत आइपरेको देखिन्छ । कुण्डलीमा विद्याकाको योग त्यति राम्रो देखिन्न । आगामी नयाँ वर्षपछि सोचेको योजना क्रमशः बन्दै जाने छन् । नयाँ वर्षमा विदेश यात्राको सम्भावना रहेको छ । भविष्यमा आर्थिक उन्नति प्रगति राम्रो भएर जाने छ । वर्तमान समयमा भने केही सावधानी भएर काम गर्नँपर्ने देखिन्छ । सवारी चलाउँदा विशेष सतर्कता अपनाउनुपर्ने छ । साथीसङ्गतका साथै बोलीवचनमा समेत विचार पुर्‍याउनुपर्ने देखिन्छ ।

नाम : रुद्र खत्री
जन्म मिति : २०८०।१०।१२
जन्म समय : बेलुका ९:४० बजे

मेरो छोराको आयु, स्वास्थ्य, भाग्य र भविष्यका बारेमा जानकारी गराइदिनुहुन हार्दिक अनुरोध गर्दछु ।

तपाईंको छोराको जन्म रोहिणी नक्षत्रको तेस्रो चरणमा पर्न गएकाले भविष्यमा सत्यवादी, इमानदार, कर्तव्यपराण र सज्जन मान्छे बन्ने देखिन्छ । कुण्डलीमा कर्मस्थान बलियो भएकाले कामले नाम चलाउने देखिन्छ । विद्या बुद्धि राम्रो रहेको छ । चिनाका ग्रहस्थिति अनुसार शारीरिक आरोग्यताका साथै दीर्घायुका साथै सुखमय जीवनको योग छ । नैतिक, चरित्रवान् र आज्ञाकारी, मातापिताका सेवकसमेत बन्ने देखिन्छ । भविष्यमा उच्च आर्थिक सफलता प्राप्त गर्ने ग्रहयोग पर्न गएको छ ।

२०८० साल कात्तिक महिनाको राशिफल

◆ ज्यो. हरिप्रसाद पौडेल



मेष कार्यव्यस्तता बढेर जाला। स्थान परिवर्तन एवं आकस्मिक यात्राको सम्भावना छ। अनावश्यक दौडधुप केही बढी नै पर्ने छ। घरायसी विषयलाई लिएर दम्पतीमा असमझदारी बढ्नुका साथै व्यर्थको विवादको समेत सम्भावना छ। उच्च मनोबलका साथ प्रतिस्पर्धामा सफलता मिल्ने छ। शारीरिक आरोग्यता अनुकूल रहने छ। पठनपाठनका साथै धार्मिक कार्यमा अभिरुचि बढेर जाने छ। आर्थिक पक्षका कामबाट समेत राम्रै सफलता मिल्ने छ। महिनाको उत्तरार्धमा धनागम, मनोरञ्जन एवं रमाइलो यात्राका अवसर मिल्ने छन्।

वृष प्रतिस्पर्धामा सफलताको योग रहेको छ। उच्च मनोबलका साथ कार्यक्षमतामा उल्लेख्य वृद्धि भएर जाने छ। मनोरञ्जनका अवसर मिल्ने छन्। स्वास्थ्यमा उतारचढावको स्थिति देखापर्ने छ। मानसिक प्रसन्नता अनुकूल रहने छ। सन्तान एवं परिवारको चिन्ताले भने पिरोल्ने देखिन्छ। अनावश्यक विवादको सम्भावना देखिएकाले बोलीचालीमा विचार पुऱ्याउनुपर्ने छ। पठनपाठनमा अनावश्यक बाधाअड्चन देखा पर्नेछन्। घरायसी खर्चको मात्रा बढेर जाने छ। महिनाको उत्तरार्धमा धनागमका साथै मनोरञ्जनका अवसर मिल्ने छन्।

मिथुन कार्यव्यस्तता बढेर जाने छ। मानसिक प्रसन्नताका साथै शारीरिक आरोग्यता अनुकूल रहला। बौद्धिक क्रियाकलापमा मन लाग्ने छ। रमाइलो पारिवारिक भेटघाटको अवसर मिल्ने छ। प्रतिस्पर्धामा सफलताको योग रहेको छ। महिनाको पूर्वार्धमा रमाइलो भ्रमणको अवसर मिल्ने छ। आकस्मिक यात्रा एवं स्थान परिवर्तनको समेत सम्भावना देखिन्छ। आर्थिक क्षेत्रका काममा राम्रै सफलता मिल्ने छ भने पठनपाठनमा गहिरो अभिरुचि लाग्ने छ।

कर्कट सोचेका योजनामा अनावश्यक बाधाअड्चन एवं ढिलासुस्ती गराउने देखिन्छ। घरायसी एवं पारिवारिक चिन्ताले सताउने छ। यात्रामा विशेष सावधानी अपनाउनुपर्ने छ। आर्थिक पक्षका कामबाट राम्रै सफलता मिल्ने छ। प्रतिस्पर्धामा राम्रै सफलताको सम्भावना देखिन्छ। सामाजिक एवं धार्मिक काममा अभिरुचि बढेर जाने छ। महिनाको पूर्वार्धमा मनोरञ्जन एवं धनागमका अवसर मिल्ने छन् भने उत्तरार्धमा रमाइलो ठाउँको भ्रमणको सम्भावना छ।

सिंह चौतर्फी सफलताको महिना रहेको छ। शारीरिक आरोग्यताका साथै मानसिक प्रसन्नता बढेर जाने छ। उच्च मनोबलका साथ कार्यक्षमतामा समेत उल्लेख्य वृद्धि भएर जाने छ। सामाजिक काममा अभिरुचि बढेर जानुका साथै मानप्रतिष्ठा समेत मिल्ने छ। साथीभाइ इष्टमित्र एवं आफन्तजनसँगको भेटघाटले मन रमाउने छ। महिनाको पूर्वार्धमा मनोरञ्जनका अवसर प्रशस्त मिल्ने छन्। धार्मिक एवं सामाजिक काममा समेत सहभागी हुनुपर्ने देखिन्छ। पठनपाठनका साथै बौद्धिक क्रियाकलापमा समेत अभिरुचि बढेर लाग्ने छ। मानसम्मान एवं पदप्रतिष्ठा बढेर जाला।

कन्या सामान्य अस्वस्थताको सम्भावना रहेकाले खानपानमा विशेष ख्याल गर्नुपर्ने देखिन्छ। ठूलो लगानी एवं लेनदेनसम्बन्धी कारोबारमा सतर्कता अपनाउनुपर्ने छ। पारिवारिक खर्चको मात्रा बढेर जानुका साथै घरायसी झमेलाले पिरोल्ने देखिन्छ। अध्ययन अध्यापनमा अनावश्यक बाधाअड्चन आइपर्ने छन्। साथीभाइ एवं आफन्तको सरसहयोग राम्रो पाइने छ। महिनाको उत्तरार्धमा रोकिएका काम क्रमशः बन्दै जाने छन्।

तुला व्यर्थको दौडधुप गर्नुपर्ने देखिन्छ। आँटेका काममा अनायासै नसोचेका समस्या आइपर्ने छन्। धार्मिक एवं सामाजिक काममा अभिरुचि लाग्ने छ। शारीरिक परिश्रमका साथै मानसिक तापसमेत केही बढी नै पर्न जाने छ। पारिवारिक खर्चको मात्रा बढेर जानाले आर्थिक अभावको सामना गर्नुपर्ला। महिनाको उत्तरार्धमा यात्रा एवं स्थान परिवर्तनको सम्भावना रहेको छ । पठनपाठनमा अभिरुचि बढेर जाने छ। महिनाको उत्तरार्धमा रमाइलो भेटघाटको अवसर मिल्ने छ।

वृश्चिक घरायसी खर्चको मात्रा बढेर जानाले आर्थिक अभावको स्थिति देखापर्ने छ। कार्यव्यस्तता बढेर जानाले शारीरिक परिश्रम केही बढी नै पर्ने देखिन्छ। महिनाको पूर्वार्धमा आम्दानीका नयाँ स्रोत फेला पर्नुका साथै मनोरञ्जनका अवसरसमेत मिल्ने छन्। रमाइलो यात्राको सम्भावना छ। धार्मिक एवं सामाजिक कार्यमा सहभागिताको सम्भावना देखिन्छ। शारीरिक परिश्रम केही बढी नै पर्न जाने देखिन्छ। पठनपाठनमा अनावश्यक बाधाअड्चन देखा पर्ने छन्।

धनु सफलताको महिना रहेको छ। मनले सोचेका एवं आँटेका योजनामा सफलता मिल्ने छ। शारीरिक आरोग्यताका साथै मानसिक प्रसन्नतासमेत बढेर जाने छ। काममा आइपरेका बाधा अड्चन क्रमशः हटेर जाने छन्। शारीरिक आरोग्यता अनुकूल रहने छ। आर्थिक कारोबारमा सफलताको योग छ। पठनपाठनमा गहिरो अभिरुचि लाग्ने छ। महिनाको उत्तरार्धमा मानसम्मान एवं पदप्रतिष्ठा बढ्ने सम्भावना छ।

मकर उच्च मनोबलका साथ कार्यक्षमतामा उल्लेख्य वृद्धि भएर जाने छ। प्रतिस्पर्धामा महत्त्वपूर्ण सफलता प्राप्त होला। शारीरिक आरोग्यता अनुकूल रहने छ। आफन्त एवं इष्टमित्रको सहयोग मिल्ने छ। आर्थिक पक्षका कारोबारबाट राम्रो आम्दानीको सम्भावना रहेको छ। वादविवाद एवं प्रतिस्पर्धामा जित तपाईंकै हुने छ। पठनपाठनमा सामान्य बाधाअड्चन देखा पर्ने छन्। रमाइलो यात्राको सम्भावना रहेको छ।

कुम्भ शारीरिक आरोग्यता अनुकूल रहने छ। कार्यव्यस्तताले गर्दा शारीरिक परिश्रम केही ज्यादा नै पर्न जाने देखिन्छ। काममा आइपरेका बाधा अड्च क्रमशः हटेर जाने छन्। वादविवाद एवं प्रतिस्पर्धामा सफलता मिल्ने छ। महिनाको पूर्वार्धमा धनागमका साथै मनोरञ्जनका अवसर मिल्ने छन्। आकस्मिक यात्रा एवं स्थान परिवर्तनको सम्भावना छ। पठनपाठनमा सामान्य बाधाअड्चन देखा पर्ने छन्। धार्मिक एवं सामाजिक काममा अभिरुचि बढेर जाने छ।

मीन सामान्य अस्वस्थताको सम्भावना रहेकाले खानपानमा विशेष ख्याल पुऱ्याउनुपर्ने देखिन्छ। पठनपाठनमा समेत अनावश्यक बाधाअड्चन आइपर्ने छन्। घरायसी एवं पारिवारिक चिन्ताले केही बढी नै पिरोल्ने छ। धार्मिक एवं सामाजिक कार्यमा सक्रिय सहभागिताको योग छ। महिनाको पूर्वार्धमा आकस्मिक यात्राको सम्भावना देखिन्छ भने उत्तरार्धमा अनावश्यक कलह एवं विवादमा पार्न सक्ने देखिएकाले बोलीचालीमा विचार पुऱ्याउनुपर्ला।

उत्तर

१. गति =दुरी/समय।
२. महेश।
३. १३

तपाईंको प्रश्न, हाम्रा ज्योतिषी

नाम : ....

जन्म स्थान : .... जन्म मिति : ....

जन्म बार : ....

जन्म समय : .... ठेगाना : ....

प्रश्न : ....

जन्म समय अनिवार्य छ।

आफ्नो भविष्यबारे जिज्ञासा राख्नुहुने पाठकले कुपन भरी हरेक महिनाको १५ गतेभित्र युवामञ्चमा आइपुग्ने गरी पठाउनुहोला वा इमेल गर्नुहोला। तपाईंको जिज्ञासाको जवाफ ज्योतिषाचार्य हरिप्रसाद पौडेलले दिनुहुने छ।

सामान्यज्ञान प्रतियोगिता कात्तिक २०८०

एक समूहमा तीन प्रश्न रहने गरी सात समूहमा प्रश्न सोधिएको छ । यस प्रकार कुल २१ प्रश्न यस प्रतियोगितामा समावेश गरिएको छ । प्रतियोगितामा समावेश प्रत्येक समूहको अङ्क भार फरक छ । सम्बन्धित अङ्क भार समूहको अगाडि उल्लेख गरिएको छ । तर कुनै पनि समूहमा समावेश गरिएका प्रश्नको सही उत्तरमा दिइने अङ्क भने फरक–फरक छ । उदाहरणका लागि पहिलो समूहको अङ्क भार ६ हो र त्यसमा तीन प्रश्न समावेश छन । ती तिनै प्रश्नको उत्तरमा पाइने अङ्क फरक हुनेछ तर समूहको कुल अङ्क भारभन्दा बढी चाहिँ हुनेछैन । जस्तो समूह क मा समावेश तीन प्रश्नमा पहिलो, दोस्रो र तेस्रो प्रश्नको उत्तरमा पाइने अङ्क ३, १ वा २ हुनसक्छ ।

एवं प्रकारले सबै समूहको उत्तर दिनुपर्नेछ । सही उत्तरमा अङ्क प्राप्त हुनेछ । यस प्रकारले अङ्कका आधारमा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुनेलाई क्रमशः रु. १५००/–, १०००/– र ५००/– पुरस्कार दिइनेछ । अङ्क बराबर भएमा गोलाप्रथाद्वारा निर्णय लिइनेछ ।

अधिकतम अङ्क ल्याउने १० जनाको नामावली प्रकाशित गरिनेछ ।

प्रश्न

समूह (क), कुल अङ्क भार– ६

१. लिच्छविकालमा जिल्लालाई विषय भनिन्थ्यो भने जिल्ला प्रमुखलाई के भनिन्थ्यो ? [१]
२) प्रसिद्ध मूर्तिकार पालो पिकासोको जन्म कुन देशमा भएको थियो ? [३]
३) जी–२ भनेको के हो ? [२]

समूह (ख), कुल अङ्क भार– ८

१) नेपाली कविताको क्षेत्रमा परिष्कारवादी धाराको सुरुवात गर्ने कवि को हुन् ? [३]
२) पानामा रोग कुन खेतीसँग सम्बन्धित रहेको छ ? [३]
३) जलवायु परिवर्तनसम्बन्धी पेरिस सम्झौता अनुमोदन गर्ने पहिलो सार्क राष्ट्र कुन हो ? [२]

समूह (ग), कुल अङ्क भार– १२

१) मेरो म्वाइस युनिभर्स–२०२३ को उपाधि जित्ने प्रतिभा को हुन् ? [५]
२) विश्वको सबैभन्दा अग्लो होटल कुन हो ? र त्यो होटल कहाँ रहेको छ ? [३]
३) नेपालबाट कुन देशमा सबैभन्दा बढी सामान निकासी हुने गर्दछ ? [४]

समूह (घ), कुल अङ्क भार–त १४

१) फादर अफ हिमालयन स्टडिज भनेर कसलाई चिनिन्छ ? [७]
२) नेपालको बिप्पा र दोहोरो कर मुक्ति सम्झौता गरिएको देश कुन कुन हुन् ? [३]
३) 'बेइजिङ+५' सम्मेलन केसँग सम्बन्धित छ ? [४]

समूह (ङ), कुल अङ्क भार– १८

१) हरित जलवायु कोषको मुख्यालय कहाँ रहेको छ ? [६]
२) ग्लोबल पोजिसनिङ सिस्टम (जिपिएस) को सुरुवात कुन देशबाट भएको हो ? [६]
३) सम्राट अशोकले निर्माण गरेको लुम्बिनीको अशोक स्तम्भ कसले पत्ता लगाएको हो ? [६]

समूह (च), कुल अङ्क भार– २०

१) 'नेपालमा वाद्य शिरोमणि' भनेर कसलाई चिनिन्छ ? [६]
२) झाँगड भाषा कुन भाषिक परिवारभित्र पर्दछ ? [६]
३) दुई औँला प्रयोग गरी बजाइने आवाजलाई के भनिन्छ ? [८]

समूह (छ), कुल अङ्क भार २२

१) नेपालमा व्यावसायिक शिक्षाको सुरुवात गर्ने राजा को हुन् ? [८]
२) नेपालको पहिलो उद्योगको नाम के हो ? [६]
३) तामाङ भाषाको लिपिलाई के भनिन्छ ? [८]

भदौ अङ्कको परिणाम पृष्ठ ७४ मा



उत्तर २०८० मङ्सिर १५ गतेसम्म प्राप्त भइसक्नु पर्नेछ ।

२०८० साल कात्तिकको सामान्यज्ञान

समूह (क), कुल अङ्क भार– ६

१) .... [१]
२) .... [३]
३) .... [२]

समूह (ख), कुल अङ्क भार– ८

१).. [३]
२) .... [३]
३) .... [२]

समूह (ग), कुल अङ्क भार– १२

१) .... [५]
२) .... [३]
३) .... [४]

समूह (घ), कुल अङ्क भार– १४

१) .... [७]
२) .... [३]
३) .... [४]

समूह (ङ), कुल अङ्क भार– १८

१) .... [६]
२) .... [६]
३) .... [६]

समूह (च), कुल अङ्क भार– २०

१) .... [६]
२) .... [६]
३) .... [८]

समूह (छ), कुल अङ्क भार २२

१) .... [८]
२) .... [६]
३) .... [८]

नाम : ....

ठेगाना : ....

२०८० भदौ १ देखि ३१ गतेसम्मका राष्ट्रिय घटना

भदौ ३ गते :	बाढीले बगाएको एक सातापछि मुस्ताङको वारागुङ मुक्तिक्षेत्र-४, कागबेनी क्षेत्रबाट प्रहरीद्वारा एक करोड ६५ लाख रुपियाँ निकालियो ।
भदौ ४ गते :	राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलद्वारा कामु प्रधान न्यायाधीश विश्वम्भरप्रसाद श्रेष्ठलाई प्रधान न्यायाधीश पदमा नियुक्त ।
–	नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एकीकृत समाजवादी) का अध्यक्ष माधवकुमार नेपाल र नेपाल समाजवादी पार्टीका अध्यक्ष डा. बाबुराम भट्टराईद्वारा केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सिआइबी) मा बयान ।
भदौ ५ गते :	नेपाल प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सिआइबी) ले ललिता निवासको सरकारी जग्गा हिनामिना प्रकरणको अनुसन्धान पूरा गरी काठमाडौँ जिल्ला सरकारी वकिलको कार्यालयमा रायसहितको प्रतिवेदन पेस ।
भदौ ६ गते :	धादिङको गजुरी गाउँपालिका-२, चालिसेस्थित छहरामा भएको बस दुर्घटनामा आठ जनाको मृत्यु, १७ जना घाइते ।
भदौ ७ गते :	काठमाडौँबाट जनकपुरतर्फ जाँदै गरेको बस जितपुर सिमरा उपमहानगरपालिका-२२ पूर्वपश्चिम लोकमार्गको चुरियामाई नजिकै दुर्घटना हुँदा सात जनाको मृत्यु, २० जना घाइते ।
भदौ १० गते :	ललिता निवासको सरकारी जग्गा हिनामिनामा संलग्न भएको अभियोगसहित चार जना पूर्वमन्त्री, छ जना पूर्वसचिवसहित २९० जनाविरुद्ध काठमाडौँ जिल्ला अदालतमा मुद्दा दर्ता ।
भदौ ११ गते :	राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलद्वारा गणतन्त्र फ्रान्सका लागि सुधीर भट्टराई, संयुक्त अरब इमिरेट्सका लागि तेजबहादुर क्षेत्री र कुवेतका लागि घनश्याम लम्साल राजदूतमा नियुक्त ।
भदौ १२ गते :	संयुक्त राज्य अमेरिकाको मिलेनियम च्यालेन्ज कर्पोरेसन (एमसिसी) का उपाध्यक्ष क्यामरुन एलफोर्ड नेपालमा ।
भदौ १३ गते :	विद्युतीय चुरोट (भेप) भित्र लुकाएर हङकङ हुँदै नेपालमा तस्करी भएको सुन प्रकरणमा केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सिआइबी) द्वारा माओवादी केन्द्रका नेता कृष्णबहादुर महराका छोरा राहुल महरा पक्राउ ।
भदौ १९ गते :	भारत सरकारद्वारा आगामी १० वर्षमा १० हजार मेगावाट विद्युत् नेपालसँग खरिद गर्नेसम्बन्धी प्रस्ताव स्वीकृत ।
भदौ २१ गते :	कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री उद्धव थापा सर्वोच्च अदालतको आदेशद्वारा पदमुक्त ।
भदौ २२ गते :	कोशी प्रदेशको मुख्यमन्त्रीमा नेकपा (एमाले) संसदीय दलका नेता हिक्मतकुमार कार्की नियुक्त ।
भदौ २३ गते :	गैरकानुनी माध्यमबाट अमेरिका पठाउने भन्दै विदेशका विभिन्न स्थानमा पुऱ्याएर अलपत्र पारी ठगी गर्ने नेपाली मूलका अमेरिकी नागरिक हस्त गौतम प्रहरीद्वारा पक्राउ ।
भदौ २६ गते :	संविधान सभाका अध्यक्ष, पूर्वसभामुख, एवं नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (एमाले) का उपाध्यक्ष सुवास नेम्वाङको हृदयाघातका कारण ७१ वर्षको उमेरमा निधन ।
भदौ २७ गते :	केन्द्रीय अनुसन्धान ब्युरो (सिआइबी) द्वारा सुन तस्करी प्रकरणमा ५० जनाविरुद्ध मुद्दा चलाउन सिफारिस । ■

– *सरस्वती खत्री, क्षेत्री*